

FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU JUNY 2021



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:3197 hidrats(gr):212 lipids(gr):124 proteïnes:111 (gr) del1al6		Amanida russa amb maionesa apart Rap a la romana amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Arròs a la napolitana (amb tonyina) Truita de patates amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Trinxat de col i patata Pollastre rostit al forn amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Mandonguilles de vedella amb xampinyons logurt
kcal:3997 hidrats(gr):266,6 lipids(gr):156,8 proteïnes:139,4 (gr) del7a13	Mongeta tendra i patata amb oli d'oliva Hamburgueses de vedella a la planxa amb patates xef Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Pollastre rostit amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Espaguetis ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Bastonets de lluç amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatge Truita d'espinaç amb juliana d'enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Botifarra a la planxa amb pisto de verdura logurt
kcal:3977 hidrats(gr):264 lipids(gr):157 proteïnes:140 (gr) del14al20	Fideuà Filet de llenguado al forn amb verdures Fruita de temporada	Entremés Salsitxes a la planxa amb amanida verda i blat de moro natural Fruita de temporada	Llenties ecològiques amb verdures Hamburgueses de verdures amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Arròs a la napolitana (amb tonyina) Truita de formatge amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Pizza 4 estacions ecològica i de proximitat Pilotetes de vedella amb xampinyons Natilles
kcal:1598 hidrats(gr):104 lipids(gr):62 proteïnes:56 (gr) del21al27	Verdura variada (patata, pastanaga, pesols) Botifarra a la planxa amb tomàquet natural i blat de moro Fruita de temporada	Espirals ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Pit de pollastre arrebossat amb patates rosses Postre i beguda especial			
del 28 al 30					

MENUS SUPERVISATS PER LABORATORIS COBAC SA. Dietista i Nutricionista Sra. Sepsi Aiguadé

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Platan - Kiwi - Maduixes - Meló - Pressec - Sindria - Marcoc