

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 FESTIU	2 Macarrons a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet) amb formatge ratllat	3 <u>Cigrons estofats amb verdures (porro, pebrot, pastanaga)</u>	4 Mongeta verda amb patata i oli d'oliva
		Rodanxa de lluç arrebossada amb enciam, pastanaga i olives	Truita de formatge amb enciam, tomàquet i blat de moro	<u>Hamburguesa de porc i vedella a la planxa amb enciam, tomàquet i pastanaga</u>
		Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps
		Kcal: 780 Prot: 39g Lip: 24g H.C: 102g	Kcal: 699 Prot: 27 g Lip: 23 g H.C: 96 g	Kcal: 564 Prot: 26g Lip: 20g H.C: 70g
7 <u>Llenties estofades amb verdures i bacó (ceba, porro, pebrot, pastanaga i bacó)</u>	8 Bròquil al vapor amb patata, pastanaga i oli d'oliva	9 Sopa de peix (fumet de peix casolà i pasta fina)	10 Arròs amb salsa de tomàquet	11 Crema de carbassa i pastanaga amb formatge i crostonets de pa
Suquet de rap amb patates	Truita de penill dolç amb enciam, pastanaga i blat de moro	<u>Palpis de gall dindi a la planxa amb enciam, tomàquet i olives negres</u>	Abadejo enfarinat (casolà) amb enciam, tomàquet i blat de moro	Canelons de carn gratinats amb beixamel
Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps
Kcal: 695 Prot: 26 g Lip: 27 g H.C: 87 g	Kcal: 660 Prot: 23 g Lip: 24 g H.C: 88 g	Kcal: 730 Prot: 21 g Lip: 26 g H.C: 103 g	Kcal: 694 Prot: 33 g Lip: 22 g H.C: 91 g	Kcal: 756 Prot: 29 g Lip: 28 g H.C: 97 g
14 <u>Espaguetis amb salsa frutí de mare (sofregit de ceba, tomàquet, sípia i músclos)</u>	15 Mongetes blanques estofades amb verdures	16 Patata, bleda i pastanaga amb oli d'oliva	17 Sopa de l'àvia (brou casolà de pollastre i vedella amb pasta fina)	18 Arròs amb pollastre (sofregit de ceba, tomàquet i pebrot, pèsols i daus de pollastre)
Truita de patata i carbassó amb enciam, pastanaga i olives	<u>Pit de pollastre a la planxa amb enciam, tomàquet i blat de moro</u>	Fricandó de vedella amb xampinyons	Mandonguilles a la jardineria (pèsols, pastanaga i patata)	Filet de lluç al forn amb picada d'all i julivert Enciam, tomàquet i olives negres
Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
Kcal: 683 Prot: 22 g Lip: 27 g H.C: 88 g	Kcal: 691 Prot: 28 g Lip: 23 g H.C: 93 g	Kcal: 669 Prot: 30 g Lip: 25 g H.C: 68 g	Kcal: 691 Prot: 28 g Lip: 23 g H.C: 93 g	Kcal: 710 Prot: 31 g Lip: 22 g H.C: 97 g
21 Crema de porros amb bacallà	22 Arròs a la bolonyesa (sofregit de ceba i tomàquet i carn picada)	23 <u>Llenties estofades amb verdures (ceba, porro, pebrot, pastanaga i carbassó)</u>	24 Amanida russa (patata, pèsols, pastanaga, mongeta verda, tonyina, ou dur i maionesa)	25 Menú aniversari Macarrons a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet) amb formatge ratllat
Botifarra a la planxa amb seques	Libret de gall dindi amb enciam, pastanaga i olives	Truita de patata amb enciam, blat de moro i tomàquets cherry	Fogoner al forn amb samfaina	<u>Daus de pollastre adobats al forn amb patates fregides Enciam i pastanaga</u>
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Gelat
Kcal: 687 Prot: 28 g Lip: 23 g H.C: 88 g	Kcal: 708 Prot: 27 g Lip: 28 g H.C: 87 g	Kcal: 663 Prot: 24 g Lip: 23 g H.C: 90 g	Kcal: 712 Prot: 25 g Lip: 24 g H.C: 99 g	Kcal: 754 Prot: 33 g Lip: 26 g H.C: 97 g
28 Paella marinera (sofregit de ceba, tomàquet pebrot, sípia, músclos i brou de peix)	29 <u>Cigrons estofats (ceba, tomàquet, pebrot, patata, carbassó i pastanaga)</u>	30 Mongeta verda amb patata i pastanaga amb oli d'oliva	31 Amanida de pasta (pasta, tomàquet, tonyina, blat de moro i olives)	
Pernil brassejat al forn amb enciam, tomàquet i olives	Truita francesa amb enciam, pastanaga i tomàquet	Lluç al forn amb salsa primavera (ceba, farina, pèsols i brou de peix) Enciam i tomàquet	<u>Cuixa de pollastre a la llimona amb carbassó arrebossat</u>	
Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	
Kcal: 710 Prot: 27 g Lip: 26 g H.C: 92 g	Kcal: 643 Prot: 23 g Lip: 23 g H.C: 86 g	Kcal: 774 Prot: 28 g Lip: 30 g H.C: 98 g	Kcal: 723 Prot: 24 g Lip: 27 g H.C: 96 g	

Alimentant el Present, Alimentant el Futur

Maig 2018
Menú Escolar

Escola
Abel Ferrater

La vitamina C del suc de taronja exprimit, si es conserva en una envàs tancat i a la nevera, es pot conservar fins a 12h.



Agora
ol·lectivitats



www.agoracatering.es // info@agoracatering.es
Crta. Santa Creu de Calafell, 35 Baixos
Gavà, Barcelona
93.638.87.03

Les amanides de guarnició tindran els següents ingredients: enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro, pebrot, cogombre, ceba i olives.

Els làctics seran: iogurts naturals o de sabors, natilles, flams i iogurts líquids.

La fruita de maig serà: poma, pera, plàtan, taronja, mandarina i maduixes. ECOLÒGICA

Alguns plats subratllats seran de producció ecològica. L'oli d'oliva de La Selva del Camp

CESNUT
NUTRICIÓ
Consultoria Nutricional



Estem treballant conjuntament amb Cesnut Nutrició per oferir-vos la màxima qualitat dietètica en la programació dels nostres menús. Per qualsevol dubte del nostre menú contacti amb l'equip de Dietistes - Nutricionistes a info@cesnut.com o per telèfon en el 93 364 12 12.