



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENÚ JULIOL 2022



SETMANA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:798 hidrats(gr):53 lipids(gr):30 proteïnes:26 (gr) del1al3					Pizza 4 estacions artesana ecològica i de proximitat Cordon blue de gall d'indi mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) iogurt
kcal:3988 hidrats(gr):265,3 lipids(gr):154,1 proteïnes:134,4 (gr) del4al10	Entremés Truita de francesa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Pollastre rostit amb enciam i blat de moro natural Fruita del temps	Llenties saltejades Hamburgueses de verdures amb tomàquet natural Fruita del temps	Arròs tres delices Mandonguilles de vedella amb bolets Fruita del temps	Macarrons ecològics amb tomàquet natural Filet de llenguado amb pesols iogurt
kcal:3997 hidrats(gr):267,2 lipids(gr):155,5 proteïnes:133,3 (gr) del11al17	Crema freda de carbassó Hamburgueses de quinoa amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita del temps	Pasta de colors amb tomàquet natural i formatge rallat Filet de lluç al forn amb daus de carbassa Fruita del temps	Pesols i patata natural Truita de formatge amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita del temps	Amanida russa Pollastre rostit al forn amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Arròs amb tomàquet natural sofregit Hamburgueses de vedella amb enciam i blat de moro natural iogurt
kcal:3994 hidrats(gr):266 lipids(gr):156 proteïnes:132 (gr) del 18al24	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Escalopes de llom amb amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Boletes de formatge amb tomàquet natural i olives sense pinyol Fruita del temps	Espaguetis ecològics amb tomàquet natural Truita de tonyina amb amanida Fruita del temps	Arròs tres delices Filet de llenguado al forn amb verdures juliana Fruita del temps	Pizza 4 estacions ecològica i de proximitat Mandonguilles de vedella amb xampinyons iogurt
kcal:3989 hidrats(gr):265,3 lipids(gr):154,1 proteïnes:134,4 (gr) del 25al31	Pesols i patata natural Filet de llenguado al forn amb verdures Fruita del temps	Entremés Botifarra a la planxa amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de carbassó amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita del temps	Mongetes seques amb verdures Hamburguesa de col i flor amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Lasanya casolana de cam gratinada Croquetes de bacallà amb amb patates rosses iogurt

MENUS SUPERVISATS MICROBIOLOGICAMENT PER LABORATORIS COBAC SA.

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Taronja - Platan - Kiwi - Maduixes - Meló - Pressec - Sindria - Marcoc- **color taronja (producte de proximitat)**

Les verdures i hortalisses són aliments rics en vitamines, sals minerals i fibra. Imprescindibles per al bon creixement.



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat **MENÚ JULIOL 2022 Llar d'infants**



SETMANA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:958 hidrats(gr):66 lipids(gr):35 proteïnes:32 (gr) del1a14					Crema de carbassa Cordon blue de gall d'indi mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) iogurt
kcal:2396 hidrats(gr):167,6 lipids(gr):89,1 proteïnes:81,3 (gr) del5a11	Crema de verdures Truita de francesa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Pollastre rostit amb enciam i blat de moro natural Fruita del temps	Llenties saltejades Hamburgueses de verdures amb tomàquet natural Fruita del temps	Arròs tres delices Mandonguilles de vedella amb bolets Fruita del temps	Macarrons ecològics amb tomàquet natural Filet de llenguado amb pesols iogurt
kcal:2380 hidrats(gr):166 lipids(gr):87,3 proteïnes:79,1 (gr) del12a18	Crema freda de carbassó Hamburgueses de quinoa amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita del temps	Pasta de colors amb tomàquet natural i formatge rallat Filet de lluç al forn amb daus de carbassa Fruita del temps	Pesols i patata natural Truita de formatge amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita del temps	Puré de verdures Pollastre rostit al forn amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Arròs amb tomàquet natural sofregit Hamburgueses de vedella amb enciam i blat de moro natural iogurt
kcal:2379 hidrats(gr):165,2 lipids(gr):85,2 proteïnes:78,1 (gr) del 19a125	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Escalopes de llom amb amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Boletes de formatge amb tomàquet natural i olives sense pinyol Fruita del temps	Espaguetis ecològics amb tomàquet natural Truita de tonyina amb amanida Fruita del temps	Arròs tres delices Filet de llenguado al forn amb verduretes juliana Fruita del temps	Crema de verdures Mandonguilles de vedella amb xampinyons iogurt
kcal:2380 hidrats(gr):166 lipids(gr):87,3 proteïnes:79,1 (gr) del 26a131	Pesols i patata natural Filet de llenguado al forn amb verduretes Fruita del temps	Crema de carbassó Botifarra a la planxa amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de carbassó amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita del temps	Mongetes seques amb verdures Hamburguesa de col i flor amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Lasanya casolana de cam gratinada Croquetes de bacallà amb amb patates rosses iogurt

MENUS SUPERVISATS PER LABORATORIS COBAC SA. Dietista i Nutricionista Sra.Sepsi Aiguadé-col.legiada 5471

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Taronja - Platan - Kiwi - Maduixes - Meló - Pressec - Sindria - Marcoc- **color taronja (producte de proximitat)**

Les verdures i hortalisses són aliments rics en vitamines, sals minerals i fibra. Imprescindibles per al bon creixement.



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENÚ JULIOL 2022 HALAL



SETMANA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:798 hidrats(gr):53 lipids(gr):30 proteines:26 (gr) del1a13					Crema de carbassa natural Cordon blue de gall d'indi mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) iogurt
kcal:3988 hidrats(gr):265,3 lipids(gr):154,1 proteines:134,4 (gr) del4a110	Entremés (formatge) Truita de francesa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Pollastre rostit amb enciam i blat de moro natural Fruita del temps	Llenties saltejades Hamburgueses de verdures amb tomàquet natural Fruita del temps	Arròs tres delices Mandonguilles de peix amb bolels Fruita del temps	Macarrons ecològics amb tomàquet natural Filet de llenguado amb pesols iogurt
kcal:3997 hidrats(gr):267,2 lipids(gr):155,5 proteines:133,3 (gr) del11a117	Crema freda de carbassó Hamburgueses de quinoa amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita del temps	Pasta de colors amb tomàquet natural i formatge rallat Filet de lluç al forn amb daus de carbassa Fruita del temps	Pesols i patata natural Truita de formatge amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita del temps	Amanida russa Pollastre rostit al forn amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Arròs amb tomàquet natural sofregit Hamburgueses de verdures amb enciam i blat de moro natural iogurt
kcal:3994 hidrats(gr):266 lipids(gr):156 proteines:132 (gr) del 18a124	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Gall d'indi a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Boletes de formatge amb tomàquet natural i olives sense pinyol Fruita del temps	Espaguetis ecològics amb tomàquet natural Truita de tonyina amb amanida Fruita del temps	Arròs tres delices Filet de llenguado al forn amb verduretes juliana Fruita del temps	Crema de verdures Mandonguilles de peix amb xampinyons iogurt
kcal:3989 hidrats(gr):265,3 lipids(gr):154,1 proteines:134,4 (gr) del 25a131	Pesols i patata natural Filet de llenguado al forn amb verduretes Fruita del temps	Entremés (formatge) Crestes de tonyina amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de carbassó amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita del temps	Mongetes seques amb verdures Hamburguesa de col i flor amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Macarrons ecològics amb tomàquet natural Croquetes de bacallà amb amb patates rosses iogurt

MENUS SUPERVISATS MICROBIOLÒGICAMENT PER LABORATORIS COBAC SA.

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Taronja - Platan - Kiwi - Maduixes - Meló - Pressec - Sindria - Marcoc- **color taronja (producte de proximitat)**

Les verdures i hortalisses són aliments rics en vitamines, sals minerals i fibra. Imprescindibles per al bon creixement.