



# FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENÚ JULIOL 2021



SETMANA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>kcal:1595 hidrats(gr):106 lipids(gr):61 proteïnes:53 (gr) del1a14</p>				<p>Arròs 3 delícies</p> <p>Hamburgueses de vedella a la planxa amb xips</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Pizza 4 estacions artesana <b>ecològica i de proximitat</b></p> <p>Cordon blue de gall dindi mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) iogurt</p>
<p>kcal:3988 hidrats(gr):265,3 lipids(gr):154,1 proteïnes:134,4 (gr) del5a111</p>	<p>Entremés</p> <p>Mandonguilles de vedella amb bolets</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva</p> <p>Salsitxes a la planxa amb enciam i blat de moro natural</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Purè de llegum</p> <p>Pit de pollastre arrebosat amb patata roda</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Arròs amb tomàquet natural sofregit</p> <p>Truita de francesa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso)</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Espirals <b>ecològics</b> amb tomàquet natural</p> <p>Filet de llenguado amb pesols</p> <p>iogurt</p>
<p>kcal:3997 hidrats(gr):267,2 lipids(gr):155,5 proteïnes:133,3 (gr) del12a118</p>	<p>Llenties <b>ecològiques</b> saltejades amb verdures</p> <p>Botifarra a la planxa amb enciam i pastanaga natural ratllada</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Pasta de colors amb tomàquet natural i formatge rallat</p> <p>Bastonets de lluç arrebosats amb tomàquet natural i olives sense pinyol</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Pesols i patata natural</p> <p>Truita de <b>carbassó</b> amb enciam i pastanaga natural ratllada</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Amanida alemanya (patata, tomàquet, tonyina, olives)</p> <p>Pollastre rostit al forn amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso)</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Arròs a la napolitana (amb tonyina)</p> <p>Hamburgueses de vedella amb enciam i blat de moro natural</p> <p>iogurt</p>
<p>kcal:3994 hidrats(gr):266 lipids(gr):156 proteïnes:132 (gr) del 19a125</p>	<p>Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva</p> <p>Pollastre rostit al forn amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso)</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Cigrons de <b>St.Guim (Casa Marti)</b></p> <p>Escalopes de llom amb tomàquet natural i olives sense pinyol</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Espaguetis <b>ecològics</b> amb tomàquet natural</p> <p>Filet de llenguado al forn amb verdures</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Arròs amb tomàquet natural sofregit</p> <p>Truita de <b>patata</b> amb enciam i pastanaga juliana</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Pizza 4 estacions <b>ecològica i de proximitat</b></p> <p>Mandonguilles de vedella amb xampinyons</p> <p>iogurt</p>
<p>kcal:3989 hidrats(gr):265,3 lipids(gr):154,1 proteïnes:134,4 (gr) del 26a131</p>	<p>Mongetes seques amb verdures</p> <p>Pit de pollastre amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso)</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Entremés</p> <p>Botifarra a la planxa amb enciam i pastanaga natural ratllada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Pesols i patata natural</p> <p>Filet de llenguado al forn amb verdures</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Arròs a la Napolitana amb tonyina</p> <p>Truita de <b>carbassó</b> amb enciam i pastanaga natural ratllada</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Lasanya casolana de carn gratinada</p> <p>Croquetes de bacallà amb patata roda</p> <p>iogurt</p>

**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 2021 Llar d'infants



SETMANA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:958 hidrats(gr):66 lipids(gr):35 proteines:32 (gr) <b>del1a14</b>				Arròs 3 delícies  Hamburgueses de vedella a la planxa amb xips  Fruita de temporada	Crema de verdures <b>natural</b>  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 proteines:81,3 (gr) <b>del5a111</b>	Crema de carbassó amb formatget Mandonguilles de vedella amb bolets Fruita del temps	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Salsitxes a la planxa amb enciam i blat de moro natural Fruita del temps	Puré de llegum Pit de pollastre arrebosat amb patata roda Fruita del temps	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de francesa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Espirals <b>ecològics</b> amb tomàquet natural Filet de llenguado amb pesols iogurt
kcal:2380 hidrats(gr):166 lipids(gr):87,3 proteines:79,1 (gr) <b>del12a118</b>	Llenties <b>ecològiques</b> saltejades amb verduretes Botifarra a la planxa amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita del temps	Pasta de colors amb tomàquet natural i formatge rallat Bastonets de lluç arrebosats amb tomàquet natural i olives sense pinyol Fruita del temps	Pesols i patata natural Truita de <b>carbassó</b> amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita del temps	Crema de carbassa  Pollastre rostit al forn amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Arròs a la napolitana (amb tonyina) Hamburgueses de vedella amb enciam i blat de moro natural iogurt
kcal:2379 hidrats(gr):165,2 lipids(gr):85,2 proteines:78,1 (gr) <b>del 19a125</b>	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Pollastre rostit al forn amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Cigrons de <b>St.Guim (Casa Marti)</b> Escalopes de llom amb tomàquet natural i olives sense pinyol Fruita del temps	Espaguetis <b>ecològics</b> amb tomàquet natural Filet de llenguado al forn amb verduretes Fruita del temps	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de <b>patata</b> amb enciam i pastanaga juliana Fruita del temps	Crema de verdures <b>natural</b> Mandonguilles de vedella amb xampinyons iogurt
kcal:2380 hidrats(gr):166 lipids(gr):87,3 proteines:79,1 (gr) <b>del 26a131</b>	Mongetes seques amb verdures Pit de pollastre amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Crema de carbassó natural amb formatget Botifarra a la planxa amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Pesols i patata natural Filet de llenguado al forn amb verduretes Fruita de temporada	Arròs a la Napolitana amb tonyina Truita de <b>carbassó</b> amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita del temps	Lasanya casolana de carn gratinada Croquetes de bacallà amb patata roda 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.