



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat FEBRER/019



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:1595 hidrats(gr):106 lipids(gr):62 proteïnes:53 (gr) del1al3					Arròs amb tomàquet natural sofregit Pilotetes de vedella amb xampinyons logurt natural
kcal:3989 hidrats(gr):265,9 lipids(gr):155,7 proteïnes:134,56 (gr) del4al10	Tallerines ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Truita francesa amb julien d'enciam i pastanaga natural Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Llibret de pernil dolç i formatge amb amanida verda i blat de moro natural Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Pollastre rostit al forn a la taronja amb patates rodes Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques guisades Peixets (lluç) a la romana amb amanida verda i olives Fruita de temporada	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Salsitxes a la planxa amb amanida verda logurt natural
kcal:3994 hidrats(gr):266 lipids(gr):156 proteïnes:132 (gr) del11al17	Llenties ecològiques amb verduretes Hamburgueses de vedella amb tomàquet natural al forn Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons ecològics Botifarra a la planxa amb rodes de patata Fruita de temporada	Lasanya casolana gratinada Truita de carbassó amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Crema de carbassa natural bullida Pollastre arrebossat amb mesclum de enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Patates naturals guisades amb sipieta i pèsols Filet de llenguado al forn amb verduretes Crep de xocolata
kcal:3997 hidrats(gr):271 lipids(gr):158 proteïnes:143 (gr) del18al24	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Bastonets de lluç amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Pollastre rostit al forn amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Truita francesa amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Puré de carbassó natural amb formatget Salsitxes a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb pasta petita ecològica Escalopes de cap de llom amb patates lionesa logurt natural
kcal:2398 hidrats(gr):162 lipids(gr):93 proteïnes:85 (gr) del25al28	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Botifarra a la planxa amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de patates amb amanida verda i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques guisades Llibrets de pernil i formatge amb amanidai blat de moro Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Hamburgueses de vedella a la planxa amb patata xips Fruita de temporada	

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

Fruita de temporada: Mandarines - Poma - Pera - Taronja - Platan - Kiwi

QUAN ACABO DE DINAR, DEIXO EL MEU LLOC NET I ENDREÇAT.



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat FEBRER/019 Llar d'infants



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:480 hidrats(gr):33 lipids(gr):17 proteines:15 (gr) del1a13					Arròs amb tomàquet natural sofregit Pilotetes de vedella amb xampinyons logurt natural
kcal:2401 hidrats(gr):167 lipids(gr):89 proteines:79,3 (gr) del4a110	Tallerines ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Truita francesa amb julien d'enciam i pastanaga natural Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Llibret de pernil dolç i formatge amb amanida verda i blat de moro natural Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Pollastre rostit al forn a la taronja amb patates rodes Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques guisades Peixets(Illuç) a la romana amb amanida verda i olives Fruita de temporada	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Salsitxes a la planxa amb amanida verda logurt natural
kcal:2395 hidrats(gr):166 lipids(gr):87,2 proteines:80 (gr) del11a117	Llenties ecològiques amb verdures Hamburgueses de vedella amb tomàquet natural al forn Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons ecològics Botifarra a la planxa amb rodes de patata Fruita de temporada	Lasanya casolana gratinada Truita de carbassó amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Crema de carbassa natural bullida Pollastre arrebossat amb mesclum de enciams (escarola,enciam,l'ollo rosso) Fruita de temporada	Patates naturals guisades amb sipieta i pèsols Filet de llenguado al forn amb verdures Crep de xocolata
kcal:2394 hidrats(gr):165 lipids(gr):88 proteines:81 (gr) del18a124	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Bastonets de lluç amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Pollastre rostit al forn amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Marti) Truita francesa amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Puré de carbassó natural amb formatget Salsitxes a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola,enciam,l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb pasta petita ecològica Escalopes de cap de llom amb patates lionesa logurt natural
kcal:1920 hidrats(gr):133 lipids(gr):72 proteines:64 (gr) del25a128	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Botifarra a la planxa amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de patates amb amanida verda i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques guisades Llibrets de pernil i formatge amb amanidai blat de moro Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Hamburgueses de vedella a la planxa amb patata xips Fruita de temporada	

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

Fruita de temporada: Mandarines - Poma - Pera - Taronja - Platan - Kiwi

QUAN ACABO DE DINAR,DEIXO EL MEU LLOC NET I ENDREÇAT.



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat FEBRER/019sense gluten



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:1595 hidrats(gr):106 lipids(gr):62 proteïnes:53 (gr) del1al3					Arròs amb tomàquet natural sofregit Hamburgueses de vedella a la planxa amb patates lionesa logurt natural
kcal:3989 hidrats(gr):265,9 lipids(gr):155,7 proteïnes:134,56 (gr) del4al10	Rosquetes de pasta sense gluten amb tomàquet Truita francesa amb julien d'enciam i pastanaga natural Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Pollastre a la planxa amb amanida verda i blat de moro natural Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets sense gluten Pollastre rostit al forn a la taronja amb patates xips Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques guisades Angel al forn amb amanida verda i olives Fruita de temporada	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Salsitxes a la planxa amb amanida verda logurt natural
kcal:3994 hidrats(gr):266 lipids(gr):156 proteïnes:132 (gr) del11al17	Llenties ecològiques amb verduretes Hamburgueses de vedella amb tomàquet natural al forn Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons sense gluten Botifarra a la planxa amb rodes de patata Fruita de temporada	Espaguetis sense gluten i tomàquet natural i formatge Truita de carbassó amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Crema de carbassa natural bullida Pollastre rostit amb mesclum de enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Patates naturals guisades amb sipieta i pèsols Filet de llenguado al forn amb verduretes logurt natural
kcal:3997 hidrats(gr):271 lipids(gr):158 proteïnes:143 (gr) del18al24	Macarron sense gluten i tomàquet natural i formatge Truita d'espínacs amb amanida i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Pollastre rostit al forn amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Marti) Truita francesa amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Puré de carbassó natural amb formatge Salsitxes a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb pasta petita sense gluten Filets de cap de lllom amb patates lionesa logurt natural
kcal:2398 hidrats(gr):162 lipids(gr):93 proteïnes:85 (gr) del25al28	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Botifarra a la planxa amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de patates amb amanida verda i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques guisades Petxuga de pollastre amb amanidai blat de moro Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons sense gluten Hamburgueses de vedella a la planxa amb patata xips Fruita de temporada	

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

Fruita de temporada: Mandarines - Poma - Pera - Taronja - Platan - Kiwi

QUAN ACABO DE DINAR,DEIXO EL MEU LLOC NET I ENDREÇAT.



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat FEBRER/019HALAL



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:1595 hidrats(gr):106 lipids(gr):62 proteïnes:53 (gr) del1al3					Arròs amb tomàquet natural sofregit Lluç a la planxa amb xips logurt natural
kcal:3989 hidrats(gr):265,9 lipids(gr):155,7 proteïnes:134,56 (gr) del4al10	Tallerines ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Truita francesa amb julien d'enciam i pastanaga natural Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Bunyols de bacalla amb amanida verda i blat de moro natural Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Pollastre rostit al forn a la taronja amb patates rodes Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques guisades Peixets(Illuç) a la romana amb amanida verda i olives Fruita de temporada	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Farcellets de verdures amb amanida verda logurt natural
kcal:3994 hidrats(gr):266 lipids(gr):156 proteïnes:132 (gr) del11al17	Llenties ecològiques amb verdures Croquetes de bacallà amb tomàquet natural al forn Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons ecològics Crestes de tonyina amb rodes Fruita de temporada	Espirals ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Truita de carbassó amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Crema de carbassa natural bullida Pollastre rostit amb mesclum de enciams (escarola,enciam,l'ollo rosso) Fruita de temporada	Patates naturals guisades amb sipieta i pèsols Filet de llenguado al forn amb verdures Crep de xocolata
kcal:3997 hidrats(gr):271 lipids(gr):158 proteïnes:143 (gr) del18al24	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Bastonets de lluç amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Pollastre rostit al forn amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Truita francesa amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Puré de carbassó natural amb formatget Farcelletes de verdures amb mesclum d'enciams (escarola,enciam,l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb pasta petita ecològica Caella al forn amb pesols logurt natural
kcal:2398 hidrats(gr):162 lipids(gr):93 proteïnes:85 (gr) del25al28	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Bunyols de bacallà amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de patates amb amanida verda i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques guisades Croquetes de peix amb amanidai blat de moro Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Lluç arrebossat amb patata xips Fruita de temporada	

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

Fruita de temporada: Mandarines - Poma - Pera - Taronja - Platan - Kiwi

QUAN ACABO DE DINAR,DEIXO EL MEU LLOC NET I ENDREÇAT.