



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENÚ JULIOL 2023



SETMANA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:3989 hidrats(gr):265,3 lipids(gr):154,1 proteïnes:134,4 (gr) del3a19	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	Pizza ecològica i de proximitat 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 veduretes iogurt
kcal:3988 hidrats(gr):265,3 lipids(gr):154,1 proteïnes:134,4 (gr) del10a16	Crema freda de carbassó Botifarra a la planxa amb enciam i olives Fruita del temps	Pasta de colors amb tomàquet natural i formatge rallat Filet de llenguado al forn amb daus de carbassa Fruita del temps	Llenties naturals saltejades 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:3997 hidrats(gr):267,2 lipids(gr):155,5 proteïnes:133,3 (gr) del17a123	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 Marti) Truita de tonyina amb amanida amb pastanaga Fruita del temps	Espaguetis ecològics amb tomàquet natural Salsitxes a la planxa amb tomàquet al forn Fruita del temps	Arròs tres delices Cueta de rap a la romana amb amanida i blat de moro Fruita del temps	Pizza ecològica i de proximitat Mandonguilles de vedella amb xampinyons iogurt
kcal:3994 hidrats(gr):266 lipids(gr):156 proteïnes:132 (gr) del 24a130	Crema freda de carbassó natural Filet de llenguado al forn amb veduretes Fruita del temps	Entremés Botifarra a la planxa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de carbassó amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita del temps	Llenties naturals saltejades Hamburguesa de col i flor amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Lasanya casolana de carn gratinada Croquetes de bacallà amb amb patates rosses iogurt
31					

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.



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENÚ JULIOL 2023



SETMANA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:2380 hidrats(gr):166 lipids(gr):87,3 proteïnes:79,1 (gr) del3a19	Verdura combinada 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	Crema de carbassa ecològica i de proximitat 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 verduretes iogurt
kcal:2379 hidrats(gr):165,2 lipids(gr):85,2 proteïnes:78,1 (gr) del10a16	Crema de carbassó Botifarra a la planxa amb enciam i olives Fruita del temps	Pasta de colors amb tomàquet natural i formatge rallat Filet de llenguado al forn amb daus de carbassa Fruita del temps	Llenties naturals saltejades 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 Croquetes de bacallà amb
kcal:2380 hidrats(gr):166 lipids(gr):87,3 proteïnes:79,1 (gr) del17a123	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) Truita de tonyina amb amanida amb pastanaga Fruita del temps	Espaguetis ecològics amb tomàquet natural Salsitxes a la planxa amb tomàquet al forn Fruita del temps	Arròs tres delices Cueta de rap a la romana amb amanida i blat de moro Fruita del temps	Crema de carbassa ecològica i de proximitat Mandonguilles de vedella amb xampinyons iogurt
kcal:2396 hidrats(gr):167,6 lipids(gr):89,1 proteïnes:81,3 (gr) del 24a130	Crema de carbassó natural Filet de llenguado al forn amb verduretes Fruita del temps	Verdura combinada Botifarra a la planxa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de carbassó amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita del temps	Llenties naturals saltejades Hamburguesa de col i flor amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Lasanya casolana de carn gratinada Croquetes de bacallà amb amb patates rosses iogurt
31					

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.



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENÚ JULIOL 2023 HALAL



SETMANA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:3989 hidrats(gr):265,3 lipids(gr):154,1 proteïnes:134,4 (gr) del3a19	Entremés amb 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	Pizza tonyina Hamburgueses de verdures amb tomàquet natural Fruita del temps	Arròs tres delices Bastonets de lluç amb tomàquet amanit Fruita del temps	Macarrons ecològics amb tomàquet natural Filet de llenguado amb veduretes iogurt
kcal:3988 hidrats(gr):265,3 lipids(gr):154,1 proteïnes:134,4 (gr) del10a16	Crema freda de carbassó Crestes de tonyina amb enciam i olives Fruita del temps	Pasta de colors amb tomàquet natural i formatge rallat Filet de llenguado al forn amb daus de carbassa Fruita del temps	Llenties naturals saltejades 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:3997 hidrats(gr):267,2 lipids(gr):155,5 proteïnes:133,3 (gr) del17a123	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 Marti) Truita de tonyina amb amanida amb pastanaga Fruita del temps	Espaguetis ecològics amb tomàquet natural Bunyols de bacallà amb tomàquet al forn Fruita del temps	Arròs tres delices Cueta de rap a la romana amb amanida i blat de moro Fruita del temps	Pizza tonyina Hamburguesa de col i flor amb formatge i tomàquet amanit iogurt
kcal:3994 hidrats(gr):266 lipids(gr):156 proteïnes:132 (gr) del 24a130	Crema freda de carbassó natural Filet de llenguado al forn amb veduretes Fruita del temps	Entremés amb formatge Bastonets de lluç amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de carbassó amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita del temps	Llenties naturals saltejades 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
31					

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.