



# FRECAT



## reg.sant.26-04727/cat MENU MES DE MAIG 2024

Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>kcal:1598</b> <b>hidrats(gr):106</b> <b>lipids(gr):62</b> <b>proteines:56</b> (gr) <b>del1a15</b>				Macarrons de <b>proximitat</b> amb tomàquet i formatge ratllat Botifarra a la planxa amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Mongeta verda i patata <b>de proximitat</b> Filet de llenguado al forn amb verdures logurt natural
<b>kcal:3991</b> <b>hidrats(gr):265</b> <b>lipids(gr):156</b> <b>proteines:135</b> (gr) <b>del6a12</b>	Llenties <b>de proximitat</b> amb verdures Hamburguesa de coliflor i formatge amb enciam i blat de moro <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Espirals de <b>proximitat</b> amb tomàquet i formatge ratllat Truita de patates amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Crema de carbassó <b>de proximitat</b> Filet de llenguado al forn amb verdures Fruita de temporada	Escudella casolana pasta petita <b>proximitat</b> Pollastre <b>del Bages</b> rostit amb enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet <b>de proximitat</b> Mandonguilles de vedella a la jardinera logurt natural
<b>kcal:3992</b> <b>hidrats(gr):264</b> <b>lipids(gr):155</b> <b>proteines:134,5</b> (gr) <b>del13a19</b>	Arròs tres delícies Hamburguesa de vedella amb enciam i pastanaga tallada Fruita de temporada	Crema de carbassa <b>de proximitat</b> Botifarra a la planxa amb tomàquet i olives Fruita de temporada	Macarrons de <b>proximitat</b> amb tomàquet i formatge ratllat Truita francesa mesclum d'enciams <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Cigrons cuits <b>(Casa Martí)</b> Cueta de rap al forn amb verdures Fruita de temporada	Pizza 4 estacions <b>ecològica i de proximitat</b> Nugets de pollastre amb xips Natilles
<b>kcal:3989</b> <b>hidrats(gr):263</b> <b>lipids(gr):154</b> <b>proteines:134</b> (gr) <b>del 20a126</b>	Mongeta verda i patata <b>de proximitat</b> Filet de llenguado al forn amb carbassó <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet <b>de proximitat</b> Croquetes de pernil amb mesclum d'enciams <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Llenties <b>de proximitat</b> amb verdures Truita de tonyina amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Escudella casolana pasta petita <b>proximitat</b> Pollastre <b>del Bages</b> rostit amb patates xef <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Fideuà de peix Salsitxes amb samfaina logurt natural
<b>kcal:3989</b> <b>hidrats(gr):263</b> <b>lipids(gr):154</b> <b>proteines:134</b> (gr) <b>del27a131</b>	Crema de pastanaga <b>de proximitat</b> Truita de patates amb amanida i pastanaga Fruita de temporada	Amanida russa amb maionesa apart Pollastre <b>del Bages</b> rostit amb tomàquet i olives Fruita de temporada	Arròs a la napolitana <b>de proximitat</b> Botifarra a la planxa amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Mongetes seques de proximitat Hamburguesa de verdures amb amanida i olives Fruita de temporada	Espaguetis de <b>proximitat</b> amb tomàquet i formatge ratllat Bastonets de Lluç amb patates lioneses logurt natural

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

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Taronja - Platan - Kiwi - Maduixes - Meló - Pressec - Sindria

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



# FRECAT



## Reg.sant.26-04727/cat MENU MES DE MAIG 2024 Llar d'infants

Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>kcal:1598</b> <b>hidrats(gr):106</b> <b>lipids(gr):62</b> <b>proteines:56</b> (gr) <b>del1al5</b>				Macarrons de <b>proximitat</b> amb tomàquet i formatge ratllat Botifarra a la planxa amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Mongeta verda i patata <b>de proximitat</b> Filet de llenguado al forn amb verduretes logurt natural
<b>kcal:2396</b> <b>hidrats(gr):167</b> <b>lipids(gr):89</b> <b>proteines:81</b> (gr) <b>del6al12</b>	Lenties <b>de proximitat</b> amb verduretes Hamburguesa de coliflor i formatge amb enciam i blat de moro <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Espirals de <b>proximitat</b> amb tomàquet i formatge ratllat Truita de patates amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Crema de carbassó <b>de proximitat</b> Filet de llenguado al forn amb verduretes Fruita de temporada	Escudella casolana pasta petita <b>proximitat</b> Pollastre <b>del Bages</b> rostit amb enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet <b>de proximitat</b> Mandonguilles de vedella a la jardinera logurt natural
<b>kcal:2403</b> <b>hidrats(gr):167</b> <b>lipids(gr):89</b> <b>proteines:80</b> (gr) <b>del13al19</b>	Arròs tres delícies Hamburguesa de vedella amb enciam i pastanaga tallada Fruita de temporada	Crema de carbassa <b>de proximitat</b> Botifarra a la planxa amb tomàquet i olives Fruita de temporada	Macarrons de <b>proximitat</b> amb tomàquet i formatge ratllat Truita francesa mesclum d'enciams <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Cigrons cuits <b>(Casa Martí)</b> Cueta de rap al forn amb verdures Fruita de temporada	Crema de carbassó <b>de proximitat</b> Nugets de pollastre amb patates rosses Natilles
<b>kcal:2400</b> <b>hidrats(gr):167</b> <b>lipids(gr):89</b> <b>proteines:79</b> (gr) <b>del 20al26</b>	Mongeta verda i patata <b>de proximitat</b> Filet de llenguado al forn amb carbassó <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet <b>de proximitat</b> Croquetes de pernil amb mesclum d'enciams <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Lenties <b>de proximitat</b> amb verduretes Truita de tonyina amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Escudella casolana pasta petita <b>proximitat</b> Pollastre <b>del Bages</b> rostit amb patates xef <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Fideuà de peix Salsitxes amb samfaina logurt natural
<b>kcal:2290</b> <b>hidrats(gr):168</b> <b>lipids(gr):87</b> <b>proteines:83</b> (gr) <b>del27al31</b>	Crema de pastanaga <b>de proximitat</b> Truita de patates amb amanida i pastanaga Fruita de temporada	Mongeta verda i patata <b>de proximitat</b> Pollastre <b>del Bages</b> rostit amb tomàquet i olives Fruita de temporada	Arròs a la napolitana <b>de proximitat</b> Botifarra a la planxa amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Mongetes seques de proximitat Hamburguesa de verdures amb amanida i olives Fruita de temporada	Espaguets de <b>proximitat</b> amb tomàquet i formatge ratllat Bastonets de Lluç amb patates lioneses logurt natural

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

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Taronja - Platan - Kiwi - Maduixes - Meló - Pressec - Sindria



# FRECAT



## reg.sant.26-04727/cat MENU MAIG 2024 sense gluten

Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:1598 hidrats(gr):106 lipids(gr):62 proteines:56 (gr) del1a15				Macarrons <b>sense gluten</b> amb tomàquet i formatge ratllat Botifarra a la planxa amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Mongeta verda i patata <b>de proximitat</b> Filet de llenguado al forn amb verduretes logurt natural
kcal:3991 hidrats(gr):265 lipids(gr):156 proteines:135 (gr) del6a12	Llenties <b>de proximitat</b> amb verduretes Hamburguesa de vedella amb enciam i blat de moro <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Espirals <b>sense gluten</b> amb tomàquet i formatge ratllat Trita de patates amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Crema de carbassó <b>de proximitat</b> Filet de llenguado al forn amb verduretes Fruita de temporada	Escudella casolana amb fideus <b>sense gluten</b> Pollastre <b>del Bages</b> rostit amb enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet <b>de proximitat</b> gall d'indi a la planxa amb xampinyons logurt natural
kcal:3992 hidrats(gr):264 lipids(gr):155 proteines:134,5 (gr) del13a19	Arròs tres delícies Hamburguesa de vedella amb enciam i pastanaga tallada Fruita de temporada	Crema de carbassa <b>de proximitat</b> Botifarra a la planxa amb tomàquet i olives Fruita de temporada	Macarrons <b>sense gluten</b> amb tomàquet i formatge ratllat Trita francesa mesclum d'enciams <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Cigrons cuits <b>(Casa Martí)</b> Cueta de rap al forn amb verdures Fruita de temporada	Pizza 4 estacions <b>sense gluten</b> Pollastre rostit amb xips Natilles
kcal:3989 hidrats(gr):263 lipids(gr):154 proteines:134 (gr) del 20a126	Mongeta verda i patata <b>de proximitat</b> Filet de llenguado al forn amb carbassó <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet <b>de proximitat</b> gall d'indi a la planxa amb mesclum d'enciams <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Llenties <b>de proximitat</b> amb verduretes Trita de tonyina amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Escudella casolana amb fideus <b>sense gluten</b> Pollastre <b>del Bages</b> rostit amb patates xef <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Espirals <b>sense gluten</b> amb tomàquet i formatge ratllat Salsitxes amb samfaina logurt natural
kcal:3989 hidrats(gr):263 lipids(gr):154 proteines:134 (gr) del27a131	Crema de pastanaga <b>de proximitat</b> Trita de patates amb amanida i pastanaga Fruita de temporada	Amanida russa amb maionesa apart Pollastre <b>del Bages</b> rostit amb tomàquet i olives Fruita de temporada	Arròs a la napolitana <b>de proximitat</b> Botifarra a la planxa amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Mongetes seques de proximitat Hamburguesa de vedella amb amanida i olives Fruita de temporada	Espaguetis <b>sense gluten</b> amb tomàquet i formatge ratllat Filet de Lluç amb patates lioneses logurt natural

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

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Taronja - Platan - Kiwi - Maduixes - Meló - Pressec - Sindria



# FRECAT



## reg.sant.26-04727/cat MENU MES DE MAIG 2024 HALAL

Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>kcal:1598</b> <b>hidrats(gr):106</b> <b>lipids(gr):62</b> <b>proteïnes:56</b> (gr) <b>del1a15</b>				Macarrons de <b>proximitat</b> amb tomàquet i formatge ratllat Crestes de tonyina amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Mongeta verda i patata <b>de proximitat</b> Filet de llenguado al forn amb verdures logurt natural
<b>kcal:3991</b> <b>hidrats(gr):265</b> <b>lipids(gr):156</b> <b>proteïnes:135</b> (gr) <b>del6a12</b>	Llenties <b>de proximitat</b> amb verdures Hamburguesa de coliflor i formatge amb enciam i blat de moro <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Espirals de <b>proximitat</b> amb tomàquet i formatge ratllat Truita de patates amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Crema de carbassó <b>de proximitat</b> Filet de llenguado al forn amb verdures Fruita de temporada	Escudella casolana pasta petita <b>proximitat</b> Pollastre <b>del Bages</b> rostit amb enciam i olives Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet <b>de proximitat</b> Croquetes de cigrons amb enciam i olives logurt natural
<b>kcal:3992</b> <b>hidrats(gr):264</b> <b>lipids(gr):155</b> <b>proteïnes:134,5</b> (gr) <b>del13a19</b>	Arròs tres delícies Hamburguesa de verdures amb enciam i pastanaga tallada Fruita de temporada	Crema de carbassa <b>de proximitat</b> Bunyols de bacallà amb tomàquet i olives Fruita de temporada	Macarrons de <b>proximitat</b> amb tomàquet i formatge ratllat Truita francesa mesclum d'enciams <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Cigrons cuits <b>(Casa Marti)</b> Cueta de rap al forn amb verdures Fruita de temporada	Pizza de tonyina <b>ecològica</b> i <b>de proximitat</b> Pollastre rostit amb xips Natilles
<b>kcal:3989</b> <b>hidrats(gr):263</b> <b>lipids(gr):154</b> <b>proteïnes:134</b> (gr) <b>del 20a126</b>	Mongeta verda i patata <b>de proximitat</b> Filet de llenguado al forn amb carbassó <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet <b>de proximitat</b> Croquetes de peix amb mesclum d'enciams <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Llenties <b>de proximitat</b> amb verdures Truita de tonyina amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Escudella casolana pasta petita <b>proximitat</b> Pollastre <b>del Bages</b> rostit amb patates xef <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Fideuà de peix Parcellets de verdures amb amanida logurt natural
<b>kcal:3989</b> <b>hidrats(gr):263</b> <b>lipids(gr):154</b> <b>proteïnes:134</b> (gr) <b>del27a131</b>	Crema de pastanaga <b>de proximitat</b> Truita de patates amb amanida i pastanaga Fruita de temporada	Amanida russa amb maionesa apart Pollastre <b>del Bages</b> rostit amb tomàquet i olives Fruita de temporada	Arròs a la napolitana <b>de proximitat</b> Crestes de tonyina amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Mongetes seques <b>de proximitat</b> Hamburguesa de verdures amb amanida i olives Fruita de temporada	Espaguetis de <b>proximitat</b> amb tomàquet i formatge ratllat Bastonets de Lluç amb patates lioneses logurt natural

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

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Taronja - Platan - Kiwi - Maduixes - Meló - Pressec - Sindria

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