



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU Octubre 2021



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:799 hidrats(gr):52,6 lípids(gr):30 proteïnes:27 (gr) del1al3					Patates naturals amb suc i pèsols Pilotetes de peix amb daus de pastanaga natural logurt natural
kcal:3996 hidrats(gr):263,1 lípids(gr):153,6 proteïnes:135,5 (gr) del4al10	Arròs amb tomàquet natural sofregit Cueta de rap a la romana mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets de blat ecològic Hamburgueses de vedella a la planxa amb patata roda Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatget Pollastre rostit al forn amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Mongetes de St.Guim (Casa Martí) Truita de tonyina amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Macarrons de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Botifarra a la planxa amb pisto de verdures logurt natural
kcal:3186 hidrats(gr):208 lípids(gr):120 proteïnes:105 (gr) del11al17	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Croquetes de bacallà amb tomàquet al forn Fruita de temporada		Llenties ecològiques amb verdures Salsitxes a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Pollastre rostit amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons de blat ecològic Mandonguilles guisades de vedella amb llesquetes de patata i bolets Crep de xocolata
kcal:3.979 hidrats(gr):261,7 lípids(gr):150 proteïnes:132,1 (gr) del18al24	Arròs amb tomàquet natural sofregit Filet de llenguado al forn amb pèsols i pastanaga Fruita de temporada	Trinxat de col natural i oli d'oliva Pollastre rostit amb pastanaga i blat de moro natural Fruita de temporada	Sopa de brou amb estrelles de blat ecològic Botifarra a la planxa amb patates rosses Fruita de temporada	Crema de carbassa natural Escalopes de cap de llom pastanaga i blat de moro natural Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Hamburgueses de vedella amb tomàquet al forn logurt natural
kcal:3995 hidrats(gr):263,1 lípids(gr):153,6 proteïnes:135,5 (gr) del25al31	Llenties ecològiques amb verdures Hamburgueses de verdures amb xips Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons de blat ecològic Pilotetes de vedella amb xampinyons Fruita de temporada	Arròs a la Napolitana Truita de carbassó amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Tallerines de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado amb samfaina Fruita de temporada	Pizza 4 estacions ecològica i artesana Pit de pollastre arrebossat amb patata lionesa logurt natural

MENUS ANALITZATS microbiològicament PER LABORATORIS COBAC SA. Dietista col.legiada 001312

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Platan - Mandarina - Taronja// COLOR TARONJA producte de proximitat



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU Octubre 2021llar d'infants



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:476 hidrats(gr):33 lipids(gr):17 proteïnes:16 (gr) del1a13					Patates naturals amb suc i pèsols Pilotetes de peix amb daus de pastanaga natural logurt natural
kcal:2352 hidrats(gr):165,3 lipids(gr):87,1 proteïnes:78,3 (gr) del4a10	Arròs amb tomàquet natural sofregit Cueta de rap a la romana mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets de blat ecològic Hamburgueses de vedella a la planxa amb patata roda Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatget Pollastre rostit al forn amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Mongetes de St.Guim (Casa Martí) Truita de tonyina amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Macarrons de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Botifarra a la planxa amb pisto de verdures logurt natural
kcal:1881 hidrats(gr):132 lipids(gr):66 proteïnes:64 (gr) del11a17			Lenties ecològiques amb verdures Salsitxes a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Pollastre rostit amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons de blat ecològic Mandonguilles guisades de vedella amb llesquetes de patata i bolets logurt natural
kcal:2345 hidrats(gr):165,9 lipids(gr):82,1 proteïnes:80,1 (gr) del18a24	Arròs amb tomàquet natural sofregit Filet de llenguado al forn amb pèsols i pastanaga Fruita de temporada	Trinxat de col natural i oli d'oliva Pollastre rostit amb pastanaga i blat de moro natural Fruita de temporada	Sopa de brou amb estrelles de blat ecològic Botifarra a la planxa amb patates rosses Fruita de temporada	Crema de carbassa natural Escalopes de cap de llom pastanaga i blat de moro natural Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Hamburgueses de vedella amb tomàquet al forn logurt natural
kcal:2347 hidrats(gr):166 lipids(gr):83 proteïnes:81 (gr) del25a31	Lenties ecològiques amb verduretes Hamburgueses de verdures amb xips Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons de blat ecològic Pilotetes de vedella amb xampinyons Fruita de temporada	Arròs a la Napolitana Truita de carbassó amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Tallerines de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado amb samfaina Fruita de temporada	Cema de verdures Pit de pollastre arrebossat amb patata lionesa logurt natural

MENUS ANALITZATS microbiològicament PER LABORATORIS COBAC SA. Dietista col.legiada 001312

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Platan - Mandarina - Taronja// COLOR TARONJA producte de proximitat



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU Octubre 2021 sense gluten



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:799 hidrats(gr):52,6 lípids(gr):30 proteïnes:27 (gr) del1a13					Patates naturals amb suc i pèsols Pit de pollastre amb tomàquet amanit logurt natural
kcal:3996 hidrats(gr):263,1 lípids(gr):153,6 proteïnes:135,5 (gr) del4a10	Arròs amb tomàquet natural sofregit Cueta de rap al forn mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Sopa de brou casola amb pistons sense gluten Hamburgueses de vedella a la planxa amb patates Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatget Pollastre rostit al forn amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Mongetes de St.Guim (Casa Martí) Truita de tonyina amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Macarrons sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Botifarra a la planxa amb pisto de verdures logurt natural
kcal:3186 hidrats(gr):208 lípids(gr):120 proteïnes:105 (gr) del11a17			Lenties ecològiques amb verdures Salsitxes a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Pollastre rostit amb xips de patata Fruita de temporada	Sopa de brou casola amb pistons sense gluten Gall d'indi a la planxa amb xampinyons logurt natural
kcal:3.979 hidrats(gr):261,7 lípids(gr):150 proteïnes:132,1 (gr) del18a124	Arròs amb tomàquet natural sofregit Filet de llenguado al forn amb pèsols i pastanaga Fruita de temporada	Trinxat de col natural i oli d'oliva Pollastre rostit amb pastanaga i blat de moro natural Fruita de temporada	Sopa de brou casola amb pistons sense gluten Botifarra a la planxa amb patates rosses Fruita de temporada	Crema de carbassa natural Cap de llom amb pastanaga i blat de moro natural Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Hamburgueses de vedella amb tomàquet al forn logurt natural
kcal:3995 hidrats(gr):263,1 lípids(gr):153,6 proteïnes:135,5 (gr) del25a31	Llenties ecològiques amb verduretes Hamburgueses de vedella amb xips Fruita de temporada	Sopa de brou casola amb pistons sense gluten Pit de pollastre amb tomàquet amanit Fruita de temporada	Arròs a la Napolitana Truita de carbassó amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Tallerines sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado amb samfaina Fruita de temporada	Pizza 4 estacions sense gluten Pollastre rostit amb patata lionesa logurt natural

MENUS ANALITZATS microbiològicament PER LABORATORIS COBAC SA. Dietista col.legiada 001312

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Platan - Mandarina - Taronja// COLOR TARONJA producte de proximitat



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU Octubre 2021 HALAL



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:799 hidrats(gr):52,6 lípidis(gr):30 proteïnes:27 (gr) del1al3					Patates naturals amb suc i pèsols Pilotetes de peix amb daus de pastanaga natural logurt natural
kcal:3996 hidrats(gr):263,1 lípidis(gr):153,6 proteïnes:135,5 (gr) del4al10	Arròs amb tomàquet natural sofregit Cueta de rap a la romana mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets de blat ecològic Hamburgueses de verdures a la planxa amb patata roda Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatget Pollastre rostit al forn amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Mongetes de St.Guim (Casa Martí) Truita de tonyina amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Macarrons de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Croquetes de bacallà amb amanida logurt natural
kcal:3186 hidrats(gr):208 lípidis(gr):120 proteïnes:105 (gr) del11al17			Lenties ecològiques amb verdures Hamburgueses de verdures mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Pollastre rostit amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons de blat ecològic Mandonguilles peix guisades de vedella amb llesquetes de patata i bolets Crep de xocolata
kcal:3.979 hidrats(gr):261,7 lípidis(gr):150 proteïnes:132,1 (gr) del18al24	Arròs amb tomàquet natural sofregit Filet de llenguado al forn amb pèsols i pastanaga Fruita de temporada	Trinxat de col natural i oli d'oliva Pollastre rostit amb pastanaga i blat de moro natural Fruita de temporada	Sopa de brou amb estrelles de blat ecològic Bastonets de lluç amb patates rosses Fruita de temporada	Crema de carbassa natural Crestes de tonyina amb pastanaga i blat de moro natural Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Farcellets de verdures amb tomàquet al forn logurt natural
kcal:3995 hidrats(gr):263,1 lípidis(gr):153,6 proteïnes:135,5 (gr) del25al31	Llenties ecològiques amb verduretes Hamburgueses de verdures amb xips Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons de blat ecològic Pilotetes de peix amb xampinyons Fruita de temporada	Arròs a la Napolitana Truita de carbassó amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Tallerines de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado amb samfaina Fruita de temporada	Pizza de verdures ecològica i artesana Pollastre rostit amb patata lionesa logurt natural

MENUS ANALITZATS microbiològicament PER LABORATORIS COBAC SA. Dietista col.legiada 001312

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Platan - Mandarina - Taronja// COLOR TARONJA producte de proximitat