



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU JUNY 2022



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:3197 hidrats(gr):212 lipids(gr):124 proteïnes:111 (gr) del1al5			Arròs tres delícies Truita de patates amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Llenties ecològiques amb verdures Hamburgueses de col i flor i formatge amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Mandonguilles de vedella amb xampinyons logurt
kcal:3997 hidrats(gr):266,6 lipids(gr):156,8 proteïnes:139,4 (gr) del6a12	Crema de verdures Escalopa de cap de llong amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Truita francesa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Espaguetis ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Seitons amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatge Pollastre rostit amb juliana d'enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Botifarra a la planxa amb patata lionesa logurt
kcal:3977 hidrats(gr):264 lipids(gr):157 proteïnes:140 (gr) del13a19	Fideuà Filet de llenguado al forn amb verdures Fruita de temporada	Entremés Salsitxes a la planxa amb amanida verda i blat de moro natural Fruita de temporada	Llenties ecològiques amb verdures Hamburgueses de verdures amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de patates amb amanida i pastanaga Fruita de temporada	Pizza 4 estacions ecològica i de proximitat Pilotetes de vedella amb xampinyons logurt
kcal:3197 hidrats(gr):212 lipids(gr):124 proteïnes:111 (gr) del20a26	Verdura variada (patata, pastanaga, pesols) Botifarra a la planxa amb tomàquet natural i blat de moro Fruita de temporada	Mongetes seques (Casa Martí) Filet de llenguado al forn amb carbassó Fruita de temporada	Espirals ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Pit de pollastre arrebossat amb patates rosses Postres i beguda especial	Pesols amb patata Truita de tonyina amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	SANT JOAN
kcal:2386 hidrats(gr):127 lipids(gr):74 proteïnes:66 (gr) del 27 al 30	Espirals ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Truita de patates amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Salsitxes a la planxa amb amanida i pastanaga Fruita de temporada	Amanida russa Croquetes de pemil amb tomàquet i olives Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Pollastre rostit amb patates xef Fruita de temporada	

MENUS ANALITZATS microbiològicament PER LABORATORIS COBAC SA.

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



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU JUNY 022 Ilar d'infants



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>kcal:1437 hidrats(gr):100 lipids(gr):53 proteïnes:48 (gr) del1al5</p>			<p>Arròs tres delícies</p> <p>Truita de patates amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Llenties ecològiques amb verdures</p> <p>Hamburgueses de col i flor i formatge amb amanida i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat</p> <p>Mandonguilles de vedella amb xampinyons</p> <p>logurt</p>
<p>kcal:2396 hidrats(gr):167.6 lipids(gr):89,1 proteïnes:81,3 (gr) del6a12</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Escalopa de cap de llom amb tomàquet al fom</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Cigrons de St.Guim (Casa Martí)</p> <p>Truita francesa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Espaguetis ecològics amb tomàquet i formatge ratllat</p> <p>Seitons amb amanida i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de carbassó natural amb formatge</p> <p>Pollastre rostit amb juliana d'enciam i pastanaga natural ratllada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Arròs amb tomàquet natural sofregit</p> <p>Botifarra a la planxa amb patata lionesa</p> <p>logurt</p>
<p>kcal:2397 hidrats(gr):167 lipids(gr):88 proteïnes:80 (gr) del13a119</p>	<p>Fideuà</p> <p>Filet de llenguado al fom amb verdures</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Mongeta tendra i patata amb oli d'oliva</p> <p>Salsitxes a la planxa amb amanida verda i blat de moro natural</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Llenties ecològiques amb verdures</p> <p>Hamburgueses de verdures amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Arròs amb tomàquet natural sofregit</p> <p>Truita de patates amb amanida i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de carbassó</p> <p>Pollastre rostit amb patates</p> <p>logurt</p>
<p>kcal:1919 hidrats(gr):134 lipids(gr):73 proteïnes:64 (gr) del20a126</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Botifarra a la planxa amb tomàquet natural i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Mongetes seques (Casa Martí)</p> <p>Filet de llenguado al fom amb carbassó</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Espirals ecològics amb tomàquet i formatge ratllat</p> <p>Pit de pollastre arrebossat amb patates rosses</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Pesols amb patata</p> <p>Truita de tonyina amb mesclum d'enciams</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>SANT JOAN</p>
<p>kcal:1920 hidrats(gr):133 lipids(gr):72 proteïnes:64 (gr) del 27 al 30</p>	<p>Espirals ecològics amb tomàquet i formatge ratllat</p> <p>Truita de patates amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Cigrons de St.Guim (Casa Martí)</p> <p>Salsitxes a la planxa amb amanida i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de carbassa</p> <p>Croquetes de pemil amb tomàquet i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Arròs amb tomàquet natural sofregit</p> <p>Pollastre rostit amb patates xef</p> <p>Fruita de temporada</p>	

MENUS ANALITZATS microbiològicament PER LABORATORIS COBAC SA.

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



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU JUNY 2022 sense gluten



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:3197 hidrats(gr):212 lipids(gr):124 proteines:111 (gr) del1a15			Arròs tres delícies Truita de patates amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Lenties ecològiques amb verduretes Hamburgueses de vedella amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Macarrons sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Gall d'indi a la planxa amb xampinyons logurt
kcal:3997 hidrats(gr):266,6 lipids(gr):156,8 proteines:139,4 (gr) del6a12	Crema de verdures Cap de llom amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Truita francesa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Espaguetis sense gluten amb tomàquet natural Filet de lluç amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatge Pollastre rostit amb juliana d'enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Botifarra a la planxa amb patata lionesa logurt
kcal:3977 hidrats(gr):264 lipids(gr):157 proteines:140 (gr) del13a19	Espirals sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb verduretes Fruita de temporada	Entremés Salsitxes a la planxa amb amanida verda i blat de moro natural Fruita de temporada	Lenties ecològiques amb verduretes Hamburgueses de vedella amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de patates amb amanida i pastanaga Fruita de temporada	Pizza 4 estacions sense gluten Gall d'indi a la planxa amb xampinyons logurt
kcal:3197 hidrats(gr):212 lipids(gr):124 proteines:111 (gr) del20a26	Verdura variada (patata, pastanaga, pesols) Botifarra a la planxa amb tomàquet natural i blat de moro Fruita de temporada	Mongetes seques (Casa Martí) Filet de llenguado al forn amb carbassó Fruita de temporada	Macarrons sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Pollastre rostit amb patates rosses Postre i beguda especial		SANT JOAN
del 27 al 30					

MENUS ANALITZATS microbiològicament PER LABORATORIS COBAC SA.

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



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU JUNY 2022 HALAL



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:3197 hidrats(gr):212 lipids(gr):124 proteïnes:111 (gr) del1al5			Arròs tres delícies Truita de patates amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Llenties ecològiques amb verdures Hamburgueses de col i flor i formatge amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Mandonguilles de peix amb xampinyons logurt
kcal:3997 hidrats(gr):266,6 lipids(gr):156,8 proteïnes:139,4 (gr) del6a12	Crema de verdures Bunyols de bacallà amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Truita francesa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Espaguetis ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Seitons amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatge Pollastre rostit amb juliana d'enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Farcellets de verdures patata lionesa logurt
kcal:3977 hidrats(gr):264 lipids(gr):157 proteïnes:140 (gr) del13a19	Fideuà Filet de llenguado al forn amb verdures Fruita de temporada	Entremés amb formatge Crestes de tonyina amanida verda i blat de moro natural Fruita de temporada	Llenties ecològiques amb verdures Hamburgueses de verdures amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de patates amb amanida i pastanaga Fruita de temporada	Pizza 4 estacions de verdures Pilotetes de peix amb xampinyons logurt
kcal:3197 hidrats(gr):212 lipids(gr):124 proteïnes:111 (gr) del20a26	Verdura variada (patata, pastanaga, pesols) Farcelletes de verdures tomàquet natural i blat de moro Fruita de temporada	Mongetes seques (Casa Martí) Filet de llenguado al forn amb carbassó Fruita de temporada	Espirals ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Pollastre rostit amb patates rosses Postre i beguda especial		
del 27 al 30					

MENUS ANALITZATS microbiològicament PER LABORATORIS COBAC SA.

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