



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU Desembre 2018

Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
del1a12					
kcal:2398,2 hidrats(gr):163 lipids(gr):96,2 proteines:79,8 (gr) del3a19	Llenties ecològiques amb verdures Truita de francesa amb amanida i olives Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons ecològics Cuixetes de pollastre rostit amb patates xip Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Filet de llenguado al forn amb pisto de verdures logurt Natural		Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Croquetes de pernil amb tomàquet natural i olives sense pinyol logurt Natural
kcal:3989 hidrats(gr):274 lipids(gr):162 proteines:134 (gr) del10a116	Crema de carbassa natural Hamburgueses de vedella a la planxa amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Bastonets de lluç amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Col i patata natural oli d'oliva Truita de francesa amb enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons ecològics Pollastre al forn amb patates lionesa Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Rostit de gall d'indi amb daus de pastanaga logurt Natural
kcal:3988 hidrats(gr):273 lipids(gr):161 proteines:132 (gr) del17a123	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Pit pollastre arrebossat amb amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Sopa de brou i verdura amb galets ecològics Botifarra a la planxa amb patates xef Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de patata amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Fideuà de muntanya (fideus ecològics) Filet de llenguado al forn pesols i pastanaga Fruita de temporada	Pizza 4 estacions artesana (de proximitat i ecològica) Pilotetes de vedella amb xampinyons Crep de xocolata



BONES FESTES



MENUS SUPERVISATS PER LABORATORIS COBAC SA. Dietista/Nutricionista Sra. Sepsi Aguadé N°col.legiada 5471

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Platan - Mandarina - Taronja// Postres làctics Danone

La fruita es una font de vitamines



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU DESEMBRE 2018



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
del1a12					
kcal:1437 hidrats(gr):98 lipids(gr):54 proteines:51 (gr) del3a19	Llenties ecològiques amb verdures Truita de francesa amb amanida i olives Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons ecològics Cuixetes de pollastre rostit amb patates xip Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Filet de llenguado al forn amb pisto de verdures logurt Natural		Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Croquetes de pernil amb tomàquet natural i olives sense pinyol logurt Natural
kcal:2389 hidrats(gr):164,4 lipids(gr):89,6 proteines:84 (gr) del10a16	Crema de carbassa natural Hamburgueses de vedella a la planxa amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Bastonets de lluç amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Col i patata natural oli d'oliva Truita de francesa amb enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons ecològics Pollastre al forn amb patates lionesa Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Rostit de gall d'indi amb daus de pastanaga logurt Natural
kcal:2388 hidrats(gr):164 lipids(gr):88 proteines:83 (gr) del17a123	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Pit pollastre arrebossat amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Sopa de brou i verdura amb galets ecològics Botifarra a la planxa amb patates xef Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de patata amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Fideuà de muntanya (fideus ecològics) Filet de llenguado al forn pesols i pastanaga Fruita de temporada	Crema de carbassó natural Pilotetes de vedella amb xampinyons Crep de xocolata

MENUS SUPERVISATS PER LABORATORIS COBAC SA.

Fruita de temporada: Meló - Pressec - Pera - Sindria - Platan - Kiwi-Maduixes// **PRODUCTE DE PROXIMITAT**



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU Desembre 2018 sense gluten

Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
del1a2					
kcal:2398,2 hidrats(gr):163 lipids(gr):96,2 proteines:79,8 (gr) del3a19	Llenties ecològiques amb verduretes Truita de francesa amb amanida i olives Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons sense gluten Cuixetes de pollastre rostit amb patates xip Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Filet de llenguado al forn amb pisto de verdures logurt Natural		Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Cap de llom a la planxa tomàquet natural i olives sense pinyol logurt Natural
kcal:3989 hidrats(gr):274 lipids(gr):162 proteines:134 (gr) del10a16	Crema de carbassa natural Hamburgueses de vedella a la planxa amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Filet de Caella al forn amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Col i patata natural oli d'oliva Truita de francesa amb enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	Sopa de brou casolà amb galets sense gluten Pollastre al forn amb patates lionesa Fruita de temporada	Macarrons sense gluten tomàquet i formatge ratllat gall d'indi amb daus de pastanaga logurt Natural
kcal:3988 hidrats(gr):273 lipids(gr):161 proteines:132 (gr) del17a23	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Pollastre rostit amb amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Sopa de brou amb pistons sense gluten Botifarra a la planxa amb patates xef Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de patata amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Espirals sense gluten tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn pesols i pastanaga Fruita de temporada	Pizza 4 estacions sense gluten Truita francesa amb xampinyons Crep de xocolata



BONES FESTES



MENUS SUPERVISATS PER LABORATORIS COBAC SA. Dietista/Nutricionista Sra.Sepsi Aguadé N°col.legiada 5471

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Platan - Mandarina - Taronja// Postres làctics Danone

La fruita es una font de vitamines



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU Desembre 2018 HALAL

Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
del1a12					
kcal:2398,2 hidrats(gr):163 lipids(gr):96,2 proteines:79,8 (gr) del3a19	Llenties ecològiques amb verdures Truita de francesa amb amanida i olives Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons ecològics Cuixetes de pollastre rostit amb patates xip Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Filet de llenguado al forn amb pisto de verdures logurt Natural		Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Croquetes de peix amb tomàquet natural i olives sense pinyol logurt Natural
kcal:3989 hidrats(gr):274 lipids(gr):162 proteines:134 (gr) del10a116	Crema de carbassa natural Crestes de tonyina amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Bastonets de lluç amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Col i patata natural oli d'oliva Truita de francesa amb enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons ecològics Pollastre al forn amb patates lionesa Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Farcelllets de verdures amb amanida logurt Natural
kcal:3988 hidrats(gr):273 lipids(gr):161 proteines:132 (gr) del17a123	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Pollastre al forn amb amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Sopa de brou i verdura amb galets ecològics Rodanxa de lluç amb patates xef Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de patata amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Fideuà de peix (fideus ecològics) Filet de llenguado al forn pesols i pastanaga Fruita de temporada	Pizza de tonyina artesana (de proximitat i ecològica) Bunyols de bacallà amb amanida Crep de xocolata



BONES FESTES



MENUS SUPERVISATS PER LABORATORIS COBAC SA. Dietista/Nutricionista Sra. Sepsi Aguadé N°col.legiada 5471

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Platan - Mandarina - Taronja// Postres làctics Danone

La fruita es una font de vitamines