



FRECAT

reg.sant.26-04727/cat MENU MES DE MAIG 2022



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:3989 hidrats(gr):263 lipids(gr):154 proteïnes:134 (gr) del2al8	Amanida russa amb maionesa apart Cueta de rap a la romana amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Botifarra a la planxa amb patates xef Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Hamburguesa de vedella a la planxa amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet sofregit natural Escalopa de cap de llom amb enciam i olives Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatget Truita de patates amb enciam i tomàquet logurt natural
kcal:3991 hidrats(gr):265 lipids(gr):156 proteïnes:135 (gr) del9al15	Llenties ecològiques amb verduretes Hamburgueses de verdures amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Trinxat de col i patata amb oli d'oliva Pollastre rostit amb amanida verda i blat de moro natural Fruita de temporada	Pizza 4 estacions ecològica i de proximitat Salsitxes a la planxa amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Escudella casolana amb estrelletes ecològiques Truita de patates amb amanida i olives Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado amb pèsols i pastanaga Natilles
kcal:3992 hidrats(gr):264 lipids(gr):155 proteïnes:134,5 (gr) del16al22	Fideuà amb sipia Truita francesa amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Cueta de rap a la romana amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Mongeta verda amb patata natural bullida i oli d'oliva Pollastre al forn amb tomàquet amanit i blat de moro natural Fruita de temporada	Mongetes seques (Casa Martí) Croquetes de formatge amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Amanida russa amb maionesa apart Pilotetes de vedella amb xampinyons logurt natural
kcal:3989 hidrats(gr):263 lipids(gr):154 proteïnes:134 (gr) del 23al29	Crema de carbassó natural amb formatget Hamburgueses de vedella a la planxa amb (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Llenties ecològiques amb verduretes Pollastre rostit al forn amb patates xips Fruita de temporada	Espaguetis ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Croquetes de permil amb amanida i pastanaga natural Fruita de temporada	Trinxat de col i patata amb oli d'oliva Truita francesa amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet sofregit natural Filet de llenguado amb patata al forn logurt natural
kcal:3989 hidrats(gr):263 lipids(gr):154 proteïnes:134 (gr) del 30al31	Mongeta verda amb patata natural bullida i oli d'oliva Salsitxes a la planxa amb samfaina Fruita de temporada				

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 DE MAIG 2022 Llar d'infants

Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DJOUS	DIVENDRES
kcal:3989 hidrats(gr):263 lipids(gr):154 proteïnes:134 (gr) del2al8	Crema de verdures Cueta de rap a la romana amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Botifarra a la planxa amb patates xef Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Hamburguesa de vedella a la planxa amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet sofregit natural Escalopa de cap de llom amb enciam i olives Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatget Truita de patates amb enciam i tomàquet logurt natural
kcal:3991 hidrats(gr):265 lipids(gr):156 proteïnes:135 (gr) del9al15	Llenties ecològiques amb verduretes Hamburgueses de verdures amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Trinxat de col i patata amb oli d'oliva Pollastre rostit amb amanida verda i blat de moro natural Fruita de temporada	Crema de carbassa Salsitxes a la planxa amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Escudella casolana amb estrelletes ecològiques Truita de patates amb amanida i olives Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado amb pèsols i pastanaga Natilles
kcal:3992 hidrats(gr):264 lipids(gr):155 proteïnes:134,5 (gr) del16al22	Fideuà amb sipia Truita francesa amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Cueta de rap a la romana amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Mongeta verda amb patata natural bullida i oli d'oliva Pollastre al forn amb tomàquet amanit i blat de moro natural Fruita de temporada	Mongetes seques (Casa Martí) Croquetes de formatge amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Crema de verdures Pilotetes de vedella amb xampinyons logurt natural
kcal:3989 hidrats(gr):263 lipids(gr):154 proteïnes:134 (gr) del 23al29	Crema de carbassó natural amb formatget Hamburgueses de vedella a la planxa amb (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Llenties ecològiques amb verduretes Pollastre rostit al forn amb patates xips Fruita de temporada	Espaguetis ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Croquetes de permil amb amanida i pastanaga natural Fruita de temporada	Trinxat de col i patata amb oli d'oliva Truita francesa amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet sofregit natural Filet de llenguado amb patata al forn logurt natural
kcal:3989 hidrats(gr):263 lipids(gr):154 proteïnes:134 (gr) del 30al31	Mongeta verda amb patata natural bullida i oli d'oliva Salsitxes a la planxa amb samfaina Fruita de temporada				

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



eg.sant.26-04727/cat MENU MES DE MAIG 2022 sense gluten

Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:3989 hidrats(gr):263 lipids(gr):154 proteïnes:134 (gr) del2a18	Amanida russa amb maionesa apart Cueta de rap al forn amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb fideus sense gluten Botifarra a la planxa amb patates xef Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Hamburguesa de vedella a la planxa amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet sofregit natural Cap de llom amb amb enciam i olives Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatget Truita de patates amb enciam i tomàquet logurt natural
kcal:3991 hidrats(gr):265 lipids(gr):156 proteïnes:135 (gr) del9a15	Llenties ecològiques amb verdures Hamburgueses de vedella amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Trinxat de col i patata amb oli d'oliva Pollastre rostit amb amb amanida verda i blat de moro natural Fruita de temporada	Pizza 4 estacions sense gluten Salsitxes a la planxa amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Escudella casolana amb fideus sense gluten Truita de patates amb amanida i olives Fruita de temporada	Macarrons sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado amb pèsols i pastanaga Natilles
kcal:3992 hidrats(gr):264 lipids(gr):155 proteïnes:134,5 (gr) del16a22	Espirals sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Truita francesa amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Cueta de rap al forn amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Mongeta verda amb patata natural bullida i oli d'oliva Pollastre al forn amb tomaquet amanit i blat de moro natural Fruita de temporada	Mongetes seques (Casa Martí) Gall d'indi a la planxa amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Amanida russa amb maionesa apart Pit de pollastre a la planxa xampinyons logurt natural
kcal:3989 hidrats(gr):263 lipids(gr):154 proteïnes:134 (gr) del 23a29	Crema de carbassó natural amb formatget Hamburgueses de vedella a la planxa amb (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Llenties ecològiques amb verdures Pollastre rostit al forn amb patates xips Fruita de temporada	Espaguetis sense gluten amb tomàquet natural Gall d'indi a la planxa amb amanida i pastanaga natural Fruita de temporada	Trinxat de col i patata amb oli d'oliva Truita francesa amb amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet sofregit natural Filet de llenguado amb patata al forn logurt natural
kcal:3989 hidrats(gr):263 lipids(gr):154 proteïnes:134 (gr) del 30a31	Mongeta verda amb patata natural bullida i oli d'oliva Salsitxes a la planxa amb samfaina Fruita de temporada				

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 2022 HALAL



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DJOUS	DIVENDRES
kcal:3989 hidrats(gr):263 lipids(gr):154 proteïnes:134 (gr) del2a18	Amanida russa amb maionesa apart Cueta de rap a la romana amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Farcellets de verdures amb patates xef Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Hamburguesa de pollastre a la planxa amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet sofregit natural Empanada de verdures amb enciam i olives Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatget Truita de patates amb enciam i tomàquet logurt natural
kcal:3991 hidrats(gr):265 lipids(gr):156 proteïnes:135 (gr) del9a15	Llenties ecològiques amb verduretes Hamburgueses de verdures amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Trinxat de col i patata amb oli d'oliva Pollastre rostit amb amanida verda i blat de moro natural Fruita de temporada	Pizza de verdures ecològica i de proximitat Salsitxes de pollastre amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Escudella casolana amb estrelletes ecològiques Truita de patates amb amanida i olives Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado amb pèsols i pastanaga Natilles
kcal:3992 hidrats(gr):264 lipids(gr):155 proteïnes:134,5 (gr) del16a22	Fideuà amb sipia Truita francesa amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Cueta de rap a la romana amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Mongeta verda amb patata natural bullida i oli d'oliva Pollastre al forn amb tomàquet amanit i blat de moro natural Fruita de temporada	Mongetes seques (Casa Martí) Croquetes de formatge amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Amanida russa amb maionesa apart Pilotetes de peix amb xampinyons logurt natural
kcal:3989 hidrats(gr):263 lipids(gr):154 proteïnes:134 (gr) del 23a29	Crema de carbassó natural amb formatget Hamburgueses de verdures a la planxa amb (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Llenties ecològiques amb verduretes Pollastre rostit al forn amb patates xips Fruita de temporada	Espaguetis ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Croquetes de formatge amb amanida i pastanaga natural Fruita de temporada	Trinxat de col i patata amb oli d'oliva Truita francesa amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet sofregit natural Filet de llenguado amb patata al forn logurt natural
kcal:3989 hidrats(gr):263 lipids(gr):154 proteïnes:134 (gr) del 30a31	Mongeta verda amb patata natural bullida i oli d'oliva Salsitxes de pollastre amb samfaina Fruita de temporada				

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

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.