



FRESCAT

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



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
del1a12					
kcal:3990 hidrats(gr):262 lipids(gr):152 proteïnes:132 (gr) del3a19	Macarrons ecològics amb tomàquet natural Pollastre rostit al forn amb xips de patata Fruita del temps	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Escalopa de cap de llom amb tomàquet natural i olives sense pinyol Fruita del temps	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Truita francesa amb amanida Fruita del temps	Canelons gratinats casolans Filet de llenguado al forn amb verdures Fruita del temps	Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Hamburgueses de vedella a la planxa amb amanida i blat de moro natural logurt natural
kcal:3196 hidrats(gr):211,2 lipids(gr):122,7 proteïnes:107,6 (gr) del10a16	Espaguetis ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Pollastre rostit al forn amb xips Fruita de temporada		Arròs amb tomàquet natural sofregit Botifarra a la planxa amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Llenties naturals ecològiques Croquetes de pernil amb tomàquet amanit Fruita de temporada	Pizza 4 estacions ecològica i de proximitat Filet de llenguado al forn amb verdures al vapor logurt natural
kcal:3995 hidrats(gr):263,1 lipids(gr):153,2 proteïnes:134,1 (gr) del17a123	Entremés maionesa Petxuga de pollastre amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Truita de patates i ceba amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Escudella casolana amb estrelletes ecològics Hamburgueses de vedella a la planxa amb patates rosses Fruita de temporada	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Crestes de tonyina amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Fideuà fideus ecològics Filet de Caella amb pèsols i pastanaga a daus logurt natural
kcal:3987 hidrats(gr):259 lipids(gr):155 proteïnes:130 (gr) del24a130	Crema de carbasso natural amb formatge Botifarra amb pisto de verdures (carbasso, esbersinia, pebrot) Fruita de temporada	Sopa de brou casolà amb galets ecològics Pollastre rostit al forn i 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	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Bastonets de lluç amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Pilotetes de vedella amb xampinyons logurt natural

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

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Maduixes - Meló - Pressec - Sindria - Albercoc// Postres làctics: logurts, flams, natilles etc

Aquest color indica que la verdura es d'un hort de proximitat.



FRESCAT

reg.sant.26-04727/catMENU SETEMBRE2018Llar d'infants



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
del1a12					
kcal:2352 hidrats(gr):165,3 lipids(gr):87,1 proteines:78,3 (gr) del3a19	Macarrons ecològics amb tomàquet natural Pollastre rostit al forn amb xips de patata Fruita del temps	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Escalopa de cap de llom amb tomàquet natural i olives sense pinyol Fruita del temps	Cigrons de St.Guim (Casa Marti) Truita francesa amb amanida Fruita del temps	Canelons gratinats casolans Filet de llenguado al forn amb verduretes Fruita del temps	Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Hamburgueses de vedella a la planxa amb amanida i blat de moro natural logurt natural
kcal:1880 hidrats(gr):132 lipids(gr):65,6 proteines:64 (gr) del10a16	Espaguetis ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Pollastre rostit al forn amb xips Fruita de temporada		Arròs amb tomàquet natural sofregit Botifarra a la planxa amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Llenties naturals ecològiques Croquetes de pernil amb tomàquet amanit Fruita de temporada	Crema de verdures naturals Filet de llenguado al forn amb verduretes al vapor logurt natural
kcal:2345 hidrats(gr):165,9 lipids(gr):82,1 proteines:80,1 (gr) del17a123	Verdura tricolor (pastanaga,patata,pesols) Petxuga de pollastre amb mesclum d'enciams (escarola,enciam,l'ollo rosso) Fruita de temporada	Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Truita de patates i ceba amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Escudella casolana amb estrelletes ecològics Hamburgueses de vedella a la planxa amb patates rosses Fruita de temporada	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Crestes de tonyina amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Fideuà fideus ecològics Filet de Caella amb pèsols i pastanaga a daus logurt natural
kcal:2347 hidrats(gr):166 lipids(gr):83 proteines:81 (gr) del24a130	Crema de carbasso natural amb formatge Botifarra amb pisto de verduretes (carbasso,esbersinia,pebrot) Fruita de temporada	Sopa de brou casolà amb galets ecològics Pollastre rostit al forn i 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	Cigrons de St.Guim (Casa Marti) Bastonets de lluç amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Pilotetes de vedella amb xampinyons logurt natural

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

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Maduixes - Meló - Pressec - Sindria - Albercoc// Postres làctics:logurts, flams, natilles etc

Aquest color indica que la verdura es d'un hort de proximitat.



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU SETEMBRE2018 sense gluten



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
del1a12					
kcal:3990 hidrats(gr):262 lipids(gr):152 proteines:132 (gr) del3a19	Macarrons sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Pollastre rostit al forn amb xips de patata Fruita del temps	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Cap de llom amb tomàquet natural i olives sense pinyol Frutia del temps	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Truita francesa amb amanida Fruita del temps	Espirals sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb verdures Fruita del temps	Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Hamburgueses de vedella a la planxa amb amanida i blat de moro natural logurt natural
kcal:3196 hidrats(gr):211,2 lipids(gr):122,7 proteines:107,6 (gr) del10a16	Espaguetis sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Pollastre rostit al forn amb xips Fruita de temporada		Arròs amb tomàquet natural sofregit Botifarra a la planxa amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Llenties naturals ecològiques Gall d'indi a la planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada	Pizza 4 estacions sense gluten Filet de llenguado al forn amb verdures al vapor logurt natural
kcal:3995 hidrats(gr):263,1 lipids(gr):153,2 proteines:134,1 (gr) del17a123	Entremés maionesa Petxuga de pollastre amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Truita de patates i ceba amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Escudella casolana amb pasta sense gluten Hamburgueses de vedella a la planxa amb patates rosses Fruita de temporada	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Angel al forn amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Macarrons sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Filet de Caella amb pèsols i pastanaga a daus logurt natural
kcal:3987 hidrats(gr):259 lipids(gr):155 proteines:130 (gr) del24a130	Crema de carbasso natural amb formatge Botifarra amb pisto de verdures (carbasso, esbersinia, pebrot) Fruita de temporada	Sopa de brou casolà amb pasta sense gluten Pollastre rostit al forn i 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	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Filet de llenguado amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Espirals sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Llesquetes de gall d'indi amb xampinyons logurt natural

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

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Maduixes - Meló - Pressec - Sindria - Albercoc// Postres làctics: logurts, flams, natilles etc

Aquest color indica que la verdura es d'un hort de proximitat.



FRESCAT

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



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
del1a12					
kcal:3990 hidrats(gr):262 lipids(gr):152 proteïnes:132 (gr) del3a19	Macarrons ecològics amb tomàquet natural Pollastre rostit al forn amb xips de patata Fruita del temps	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Crestes de tonyina amb tomàquet natural i olives sense pinyol Fruita del temps	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Truita francesa amb amanida Fruita del temps	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb verdures Fruita del temps	Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Bastonets de lluç amb amanida i blat de moro natural logurt natural
kcal:3196 hidrats(gr):211,2 lipids(gr):122,7 proteïnes:107,6 (gr) del10a16	Espaguetis ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Pollastre rostit al forn amb xips Fruita de temporada		Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita francesa amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Llenties naturals ecològiques Croquetes de peix amb tomàquet amanit Fruita de temporada	Pizza de tonyina ecològica i de proximitat Filet de llenguado al forn amb verdures al vapor logurt natural
kcal:3995 hidrats(gr):263,1 lipids(gr):153,2 proteïnes:134,1 (gr) del17a123	Entremés maionesa Petxuga de pollastre amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Truita de patates i ceba amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Escudella casolana amb estrelletes ecològics Farcellets de verdures amb patates rosses Fruita de temporada	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Crestes de tonyina amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Fideuà fideus ecològics Filet de Caella amb pèsols i pastanaga a daus logurt natural
kcal:3987 hidrats(gr):259 lipids(gr):155 proteïnes:130 (gr) del24a130	Crema de carbasso natural amb formatget Bunyols de bacalla amb pisto de verdures (carbasso, esbersinia, pebrot) Fruita de temporada	Sopa de brou casolà amb galets ecològics Pollastre rostit al forn i 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	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Bastonets de lluç amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Croquetes de peix amb xampinyons logurt natural

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

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Maduixes - Meló - Pressec - Sindria - Albercoc// Postres làctics: logurts, flams, natilles etc

Aquest color indica que la verdura es d'un hort de proximitat.