



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU Novembre 2019



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
del1al3					
kcal:3.980 hidrats(gr):262 lípidis(gr):154 proteïnes:134,2 (gr) del4al10	Crema de carbassa natural Truita de patates amb amanida verda i pastanaga natural Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Croquetes de pernil amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Salsitxes a la planxa amb patates xef Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons ecològics Carn d'olla amb pastanaga bullida i oli d'oliva Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb verdures del temps logurt Natural
kcal:3.979 hidrats(gr):261,7 lípidis(gr):150 proteïnes:132,1 (gr) del11al17	Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Truita de formatge amb enciam i pastanaga natural Fruita de temporada	Llenties ecològiques amb verdures Cueta de rap a la romana tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Pizza 4 estacions artesana (de proximitat i ecològica) Pit de pollastre amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Patates naturals amb suc i pesols Hamburgueses de vedella a la planxa amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Sopa de brou casolà amb estrelletes ecològiques Pilotetes de vedella amb suc i daus de patates Crep de xocolata
kcal:3.987 hidrats(gr):266 lípidis(gr):152 proteïnes:131 (gr) del18al24	Espaguetis ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de caella al forn amb pesols i pastanaga Fruita de temporada	Mongetes seques naturals ecològiques Truita de patata amb amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Botifarra a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Crema de carbassa natural Pollastre rostit al forn amb llesquetes de patata Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Cap de llom a la Riojana logurt Natural
kcal:3.978 hidrats(gr):261,7 lípidis(gr):150 proteïnes:132,1 (gr) del 25 al 30	Canelons casolans gratinats Truita d'espínacs amb amanida verda i blat de moro natural Fruita de temporada	Llenties ecològiques amb verdures Hamburguesa de vedella a la planxa amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Salsitxes a la planxa amb amanida verda i blat de moro Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons ecològics Pollastre rostit al forn amb patates Fruita de temporada	Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Filet de llenguado al forn amb pesols i pastanaga logurt Natural

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

SEMPRE ENS RENTEM LES MANS ABANS DE MENJAR

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

Aquest color indica producte de proximitat.



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU Novembre 2019 Llar d'infants



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
del1a13					
kcal:2382 hidrats(gr):165,3 lipids(gr):87,1 proteïnes:78,3 (gr) del4a110	Crema de carbassa natural Truita de patates amb amanida verda i pastanaga natural Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Croquetes de pernil amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Salsitxes a la planxa amb patates xef Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons ecològics Carn d'olla amb pastanaga bullida i oli d'oliva Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb verdures del temps logurt Natural
kcal:2377 hidrats(gr):166 lipids(gr):87,3 proteïnes:79,1 (gr) del11a117	Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Truita de formatge amb enciam i pastanaga natural Fruita de temporada	Llenties ecològiques amb verdures Cueta de rap a la romana tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Crema de verdures Pit de pollastre amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Patates naturals amb suc i pesols Hamburgueses de vedella a la planxa amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Sopa de brou casolà amb estrelletes ecològiques Pilotetes de vedella amb suc i daus de patates Crep de xocolata
kcal:2378 hidrats(gr):165 lipids(gr):88 proteïnes:80 (gr) del18a124	Espaguetis ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de caella al forn amb pesols i pastanaga Fruita de temporada	Mongetes seques naturals ecològiques Truita de patata amb amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Botifarra a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Crema de carbassa natural Pollastre rostit al forn amb llesquetes de patata Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Cap de llom a la Riojana logurt Natural
kcal:2381 hidrats(gr):165,3 lipids(gr):87,1 proteïnes:78,3 (gr) del 25 al 30	Canelons casolans gratinats Truita d'espínacs amb amanida verda i blat de moro natural Fruita de temporada	Llenties ecològiques amb verdures Hamburguesa de vedella a la planxa amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Salsitxes a la planxa amb amanida verda i blat de moro Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons ecològics Pollastre rostit al forn amb patates Fruita de temporada	Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Filet de llenguado al forn amb pesols i pastanaga logurt Natural

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

SEMPRE ENS RENTEM LES MANS ABANS DE MENJAR

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

Aquest color indica producte de proximitat.



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU Novembre 2019 sense gluten



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
del1al3					
kcal:3.980 hidrats(gr):262 lípidis(gr):154 proteïnes:134,2 (gr) del4al10	Crema de carbassa natural Truita de patates amb amanida verda i pastanaga natural Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Cap de llom enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Salsitxes a la planxa amb patates xef Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets sense gluten Carn d'olla amb pastanaga bullida i oli d'oliva Fruita de temporada	Macarrons sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb verdures del temps logurt Natural
kcal:3.979 hidrats(gr):261,7 lípidis(gr):150 proteïnes:132,1 (gr) del11al17	Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Truita de formatge amb enciam i pastanaga natural Fruita de temporada	Llenties ecològiques amb verdures Cueta de rap al forn mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Pizza 4 estacions sense gluten Pit de pollastre amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Patates naturals amb suc i pesols Hamburgueses de vedella a la planxa amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Sopa de brou casolà amb estrelletes sense gluten Bistec de vedella a la planxa amb patates logurt Natural
kcal:3.987 hidrats(gr):266 lípidis(gr):152 proteïnes:131 (gr) del18al24	Espaguetis sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Filet de caella al forn amb pesols i pastanaga Fruita de temporada	Mongetes seques naturals ecològiques Truita de patata amb amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Botifarra a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Crema de carbassa natural Pollastre rostit al forn amb llesquetes de patata Fruita de temporada	Sopa de brou casolà amb estrelletes sense gluten Cap de llom a la Riojana logurt Natural
kcal:3.978 hidrats(gr):261,7 lípidis(gr):150 proteïnes:132,1 (gr) del 25 al 30	Espirals sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Truita d'espínacs amb amanida verda i blat de moro natural Fruita de temporada	Llenties ecològiques amb verdures Hamburguesa de vedella a la planxa amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Salsitxes a la planxa amb amanida verda i blat de moro Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets sense gluten Pollastre rostit al forn amb patates Fruita de temporada	Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Filet de llenguado al forn amb pesols i pastanaga logurt Natural

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

SEMPRE ENS RENTEM LES MANS ABANS DE MENJAR

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

Aquest color indica producte de proximitat.



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU Novembre 2019 HALAL



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
del1al3					
kcal:3.980 hidrats(gr):262 lipids(gr):154 proteines:134,2 (gr) del4al10	Crema de carbassa natural Truita de patates amb amanida verda i pastanaga natural Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Croquetes de bacallà amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Bastonets de lluç amb patates xef Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons ecològics Carn d'olla amb pastanaga bullida i oli d'oliva Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb verduretets del temps logurt Natural
kcal:3.979 hidrats(gr):261,7 lipids(gr):150 proteines:132,1 (gr) del11al17	Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Truita de formatge amb enciam i pastanaga natural Fruita de temporada	Llenties ecològiques amb verduretets Cueta de rap a la romana tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Pizza de tonyina artesana (de proximitat i ecològica) Pit de pollastre amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Patates naturals amb suc i pesols Hamburgueses de verdures amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Sopa de brou casolà amb estrelletes ecològiques Crestes de tonyina amb xips Crep de xocolata
kcal:3.987 hidrats(gr):266 lipids(gr):152 proteines:131 (gr) del18al24	Espaguetis ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de caella al forn amb pesols i pastanaga Fruita de temporada	Mongetes seques naturals ecològiques Truita de patata amb amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Farcellets de verdures amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Crema de carbassa natural Pollastre rostit al forn amb llesquetes de patata Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Bunyols de bacallà amb patates logurt Natural
kcal:3.978 hidrats(gr):261,7 lipids(gr):150 proteines:132,1 (gr) del 25 al 30	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Truita d'espínacs amb amanida verda i blat de moro natural Fruita de temporada	Llenties ecològiques amb verduretets Hamburguesa de verdures amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Bastonets de lluç amb amanida verda i blat de moro Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons ecològics Pollastre rostit al forn amb patates Fruita de temporada	Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Filet de llenguado al forn amb pesols i pastanaga logurt Natural

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

SEMPRE ENS RENTEM LES MANS ABANS DE MENJAR

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

Aquest color indica producte de proximitat.