



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU MARÇ 2019



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:799,6 hidrats(gr):54 lípids(gr):31 proteïnes:27 (gr) del1al3					Espirals ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb daus de pastanaga i pesols logurt natural
kcal:3998 hidrats(gr):270 lípids(gr):159 proteïnes:142 (gr) del4al10		Crema de carbassa natural Truita de patates amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Pollastre rostit al forn amb llesquetes de patates Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Cueta de rap a la romana amb amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Mandonguilles de gall d'indi amb xampinyons logurt natural
kcal:3987 hidrats(gr):261 lípids(gr):150 proteïnes:133 (gr) del11al17	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Salsitxes a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Pit de pollastre arrebossat amb patates xips Fruita de temporada	Patates natural amb suc i sipieta Truita francesa amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Hamburgueses de vedella tomàquet natural i olives sense pinyol Fruita de temporada	Espirals ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb patates lionesa logurt natural
kcal:3989 hidrats(gr):265,9 lípids(gr):155,7 proteïnes:134,56 (gr) del18al24	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de carbassó amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Pilotetes de vedella a la jardinera (verdures) Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques Bastonets de lluç amb amanida verda i olives Fruita de temporada	Espaguettis ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Crestes de tonyina amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatget Botifarra a la planxa amb patates xef logurt Natural
kcal:3987 hidrats(gr):260 lípids(gr):149 proteïnes:132 (gr) del 25 al 31	Llenties ecològiques amb verdures Hamburgueses de vedella amb amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Llibret de pernil dolç i formatge amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Truita d'espínacs amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Pizza 4 estacions ecologica i artesana Filet de llenguado al forn amb pesols i pastanaga natural Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Mandonguilles de gall d'indi amb xampinyons logurt Natural

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

Fruita de temporada: Mandarines - Poma - Pera - Taronja - Platan - Kiwi

RENTA 'T SEMPRE LES MANS ABANS DE MENJAR



FRESCAT

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



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:458 hidrats(gr):33 lipids(gr):17 proteïnes:16 (gr) del1al3					Espirals ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb daus de pastanaga i pesols logurt natural
kcal:2280 hidrats(gr):167 lipids(gr):85,2 proteïnes:81,3 (gr) del4al10		Crema de carbassa natural Truita de patates amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Pollastre rostit al forn amb llesquetes de patates Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Cueta de rap a la romana amb amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Mandonguilles de gall d'indi amb xampinyons logurt natural
kcal:2292 hidrats(gr):168 lipids(gr):87 proteïnes:83 (gr) del11al17	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Salsitxes a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Pit de pollastre arrebossat amb patates xips Fruita de temporada	Patates natural amb suc i sipieta Truita francesa amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Hamburgueses de vedella tomàquet natural i olives sense pinyol Fruita de temporada	Espirals ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb patates lionesa logurt natural
kcal:2291 hidrats(gr):169 lipids(gr):88 proteïnes:82 (gr) del18al24	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de carbassó amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Pilotetes de vedella a la jardinera (verdures) Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques Bastonets de lluç amb amanida verda i olives Fruita de temporada	Espaguettis ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Crestes de tonyina amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatget Botifarra a la planxa amb patates xef logurt Natural
kcal:2290 hidrats(gr):168 lipids(gr):87 proteïnes:83 (gr) del 25 al 31	Llenties ecològiques amb verdures Hamburgueses de vedella amb amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Llibret de pernil dolç i formatge amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Truita d'espínacs amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Puré de verdures naturals Filet de llenguado al forn amb pesols i pastanaga natural Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Mandonguilles de gall d'indi amb xampinyons logurt Natural

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

Fruita de temporada: Mandarines - Poma - Pera - Taronja - Platan - Kiwi

RENTA 'T SEMPRE LES MANS ABANS DE MENJAR



FRESCAT

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

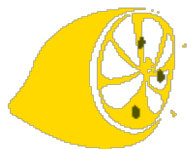


Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:799,6 hidrats(gr):54 lípids(gr):31 proteïnes:27 (gr) del1al3					Espirals sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb daus de pastanaga i pesols logurt natural
kcal:3998 hidrats(gr):270 lípids(gr):159 proteïnes:142 (gr) del4al10		Crema de carbassa natural Truita de patates amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Escudella casolana amb fideus sense gluten Pollastre rostit al forn amb llesquetes de patates Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Cueta de rap al forn amb amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Bistec de vedella a la planxa amb xampinyons logurt natural
kcal:3987 hidrats(gr):261 lípids(gr):150 proteïnes:133 (gr) del11al17	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Salsitxes a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb fideus sense gluten Pit de pollastre rostit amb patates xips Fruita de temporada	Patates natural amb suc i sipieta Truita francesa amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Marti) Hamburgueses de vedella tomàquet natural i olives sense pinyol Fruita de temporada	Espirals sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb patates lionesa logurt natural
kcal:3989 hidrats(gr):265,9 lípids(gr):155,7 proteïnes:134,56 (gr) del18al24	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de carbassó amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb pasta sense gluten Gall d'indi a la jardineria (verdurettes) Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques Caella al forn amb amanida verda i olives Fruita de temporada	Espaguetis sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb patates lionesa (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatget Botifarra a la planxa amb patates xef logurt Natural
kcal:3987 hidrats(gr):260 lípids(gr):149 proteïnes:132 (gr) del 25 al 31	Llenties ecològiques amb verdures Hamburgueses de vedella amb amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Bistec de vedella a la planxa amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Macarrons sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Truita d'espínacs amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Pizza 4 estacions sense gluten Filet de llenguado al forn amb pesols i pastanaga natural Fruita de temporada	Escudella casolana amb pasta sense gluten Pit de pollastre a la planxa amb xampinyons logurt Natural

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

Fruita de temporada: Mandarines - Poma - Pera - Taronja - Platan - Kiwi

RENTA'T SEMPRE LES MANS ABANS DE MENJAR



FRESCAT

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



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:799,6 hidrats(gr):54 lípidis(gr):31 proteïnes:27 (gr) del1al3					Espirals ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb daus de pastanaga i pesols logurt natural
kcal:3998 hidrats(gr):270 lípidis(gr):159 proteïnes:142 (gr) del4al10		Crema de carbassa natural Truita de patates amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Pollastre rostit al forn amb llesquetes de patates Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Cueta de rap a la romana amb amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Crestes de tonyina amb amanida verda logurt natural
kcal:3987 hidrats(gr):261 lípidis(gr):150 proteïnes:133 (gr) del11al17	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Bastonets de lluç amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Pollastre rostit amb patates xips Fruita de temporada	Patates natural amb suc i sipieta Truita francesa amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Farcellets de verdures amb tomàquet natural i olives sense pinyol Fruita de temporada	Espirals ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb patates lionesa logurt natural
kcal:3989 hidrats(gr):265,9 lípidis(gr):155,7 proteïnes:134,56 (gr) del18al24	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de carbassó amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Croquetes de peix amb saltejat de (verdures) Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques Bastonets de lluç amb amanida verda i olives Fruita de temporada	Espaguettis ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Crestes de tonyina amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatget Truita francesa amb amanida verda logurt Natural
kcal:3987 hidrats(gr):260 lípidis(gr):149 proteïnes:132 (gr) del 25 al 31	Llenties ecològiques amb verdures Bunyols de bacalla amb amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Farcellets de verdures amb tomàquet natural i olives sense pinyol Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Truita d'espínacs amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Pizza de tonyina artesana i ecològica Filet de llenguado al forn amb pesols i pastanaga natural Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Hamburgueses de verdures amb xampinyons logurt Natural

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

Fruita de temporada: Mandarines - Poma - Pera - Taronja - Platan - Kiwi

RENTA 'T SEMPRE LES MANS ABANS DE MENJAR