



FRESCAT

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



Selmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:3.998 hidrats(gr):264 lipids(gr):153,6 proteïnes:134 (gr) del1al7	Espirals de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Truita de francesa amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques amb verdures Salsitxes a la planxa amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Pizza 4 estacions artesana (de proximitat i ecològica) Escalopes de llom amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Pollastre rostit al forn amb patates xef Fruita de temporada	Patates naturals amb sipieta i pèsols Angel al forn amb daus de carbassó natural logurt natural
kcal:3189 hidrats(gr):212 lipids(gr):123 proteïnes:104 (gr) del8al14	Crema de carbassó natural amb formatge Petxuga de pollastre amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets de blat ecològic Hamburgueses de vedella a la planxa amb patata roda Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de carbassó amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Macarrons de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Cueta de rap a la romana amb rodes logurt natural	DIA DEL PILAR
kcal:3996 hidrats(gr):263,1 lipids(gr):153,6 proteïnes:135,5 (gr) del15al21	Tallerines de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Bastonets de lluç amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Trinxat de col i patata natural i oli d'oliva Pollastre rostit al forn amb tomàquet al forn natural Fruita de temporada	Crema de carbassa natural Truita de patates amb amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Salsitxes a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons de blat ecològic Mandonguilles guisades de vedella amb llesquetes de patata i bolets Crep de xocolata
kcal:3.979 hidrats(gr):261,7 lipids(gr):150 proteïnes:132,1 (gr) del22al28	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Crestes de tonyina amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Lasanya casolana gratinada Truita d'espínacs amb juliana d'enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Patates naturals amb sipieta i pèsols Botifarra a la planxa amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Sopa de brou amb galets de blat ecològic Pollastre rostit al forn amb patates rosses (xef) Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Filet de llenguado al forn amb pèsols i pastanaga logurt natural
kcal:2392 hidrats(gr):159 lipids(gr):91 proteïnes:79 (gr) del29al31	Llenties ecològiques amb verdures Hamburgueses de vedella a la planxa amb rodes Fruita de temporada	Macarrons de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Truita francesa amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Crema de carbassó natural Llibrets de pernil dolç i formatge amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada		

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

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Platan - Mandarina - Taronja// COLOR TARONJA producte de proximitat



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU Octubre 2018.LLAR D'INFANTS



Selmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:2382 hidrats(gr):165,3 lipids(gr):87,1 proteines:78,3 (gr) del1al7	Espirals de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Truita de francesa amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques amb verdures Salsitxes a la planxa amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Crema de veduretes natural Escalopes de llom amb mesclum d'enciams (escarola,enciam,l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Pollastre rostit al forn amb patates xef Fruita de temporada	Patates naturals amb sipieta i pèsols Angel al forn amb daus de carbassó natural logurt natural
kcal:1.901 hidrats(gr)132 lipids(gr):69 proteines:62 (gr) del8al14	Crema de carbassó natural amb formatge Petxuga de pollastre amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets de blat ecològic Hamburgueses de vedella a la planxa amb patata roda Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de carbassó amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Macarrons de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Cueta de rap a la romana amb rodes logurt natural	DIA DEL PILAR
kcal:2377 hidrats(gr):166 lipids(gr):87,3 proteines:79,1 (gr) del15al21	Tallerines de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Bastonets de lluç amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Trinxat de col i patata natural i oli d'oliva Pollastre rostit al forn amb tomàquet al forn natural Fruita de temporada	Crema de carbassa natural Truita de patates amb amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Salsitxes a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola,enciam,l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons de blat ecològic Mandonguilles guisades de vedella amb llesquetes de patata i bolets Crep de xocolata
kcal:2378 hidrats(gr):165 lipids(gr):88 proteines:80 (gr) del22al28	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Crestes de tonyina amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Lasanya casolana gratinada Truita d'espínacs amb juliana d'enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Patates naturals amb sipieta i pèsols Botifarra a la planxa amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Sopa de brou amb galets de blat ecològic Pollastre rostit al forn amb patates rosses (xef) Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Filet de llenguado al forn amb pèsols i pastanaga logurt natural
kcal:1440 hidrats(gr):100 lipids(gr):57 proteines:51 (gr) del29al31	Llenties ecològiques amb verdures Hamburgueses de vedella a la planxa amb rodes Fruita de temporada	Macarrons de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Truita francesa amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Crema de carbassó natural Llibrets de pernil dolç i formatge amb mesclum d'enciams (escarola,enciam,l'ollo rosso) Fruita de temporada		

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

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Platan - Mandarina - Taronja// COLOR TARONJA producte de proximitat



FRESCAT

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



Selmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:3.998 hidrats(gr):264 lipids(gr):153,6 proteïnes:134 (gr) del1al7	Espirals de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Truita de francesa amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques amb verdures Bunyols de bacallà amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Pizza de tonyina artesana (de proximitat i ecològica) Farcellets de verdura amb mesclum d'enciams (escarola,enciam,l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Pollastre rostit al forn amb patates xef Fruita de temporada	Patates naturals amb sipieta i pèsols Angel al forn amb daus de carbassó natural logurt natural
kcal:3189 hidrats(gr):212 lipids(gr):123 proteïnes:104 (gr) del8al14	Crema de carbassó natural amb formatge Pollastre rostit amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets de blat ecològic Croquetes de peix amb patata roda Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de carbassó amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Macarrons de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Cueta de rap a la romana amb rodes logurt natural	DIA DEL PILAR
kcal:3996 hidrats(gr):263,1 lipids(gr):153,6 proteïnes:135,5 (gr) del15al21	Tallerines de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Bastonets de lluç amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Trinxat de col i patata natural i oli d'oliva Pollastre rostit al forn amb tomàquet al forn natural Fruita de temporada	Crema de carbassa natural Truita de patates amb amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Bunyols de bacallà amb mesclum d'enciams (escarola,enciam,l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons de blat ecològic Farcelletes de verdures amb llesquetes de patata i bolets Crep de xocolata
kcal:3.979 hidrats(gr):261,7 lipids(gr):150 proteïnes:132,1 (gr) del22al28	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Crestes de tonyina amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Macarrons de blat ecològic Truita d'espínacs amb juliana d'enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Patates naturals amb sipieta i pèsols Croquetes de peix amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Sopa de brou amb galets de blat ecològic Pollastre rostit al forn amb patates rosses (xef) Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Filet de llenguado al forn amb pèsols i pastanaga logurt natural
kcal:2392 hidrats(gr):159 lipids(gr):91 proteïnes:79 (gr) del29al31	Lenties ecològiques amb verdures Bunyols de bacallà amb rodes Fruita de temporada	Macarrons de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Truita francesa amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Crema de carbassó natural Bastonets de lluç amb mesclum d'enciams (escarola,enciam,l'ollo rosso) Fruita de temporada		

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

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Platan - Mandarina - Taronja// COLOR TARONJA producte de proximitat



FRESCAT

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



Selmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:3.998 hidrats(gr):264 lipids(gr):153,6 proteïnes:134 (gr) del1al7	Espirals sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Truita de francesa amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques amb verdures Salsitxes a la planxa amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Pizza 4 estacions sense gluten Escalopes de llom amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb fideus sense gluten Pollastre rostit al forn amb patates xef Fruita de temporada	Patates naturals amb sipieta i pèsols Angel al forn amb daus de carbassó natural logurt natural
kcal:3189 hidrats(gr):212 lipids(gr):123 proteïnes:104 (gr) del8al14	Crema de carbassó natural amb formatge Petxuga de pollastre amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets sense gluten Hamburgueses de vedella a la planxa amb patata xips Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de carbassó amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Macarrons sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Cueta de rap al forn amb verdures logurt natural	DIA DEL PILAR
kcal:3996 hidrats(gr):263,1 lipids(gr):153,6 proteïnes:135,5 (gr) del15al21	Tallerines sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Filet de halibut amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Trinxat de col i patata natural i oli d'oliva Pollastre rostit al forn amb tomàquet al forn natural Fruita de temporada	Crema de carbassa natural Truita de patates amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Salsitxes a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb fideus sense gluten Filet de gall d'indi a la planxa amb xampinyons logurt natural
kcal:3.979 hidrats(gr):261,7 lipids(gr):150 proteïnes:132,1 (gr) del22al28	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Petxuga de pollastre planxa amb mini pastanagues Fruita de temporada	Espaguetis sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Truita d'espinaacs amb juliana d'enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Patates naturals amb sipieta i pèsols Botifarra a la planxa amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Sopa de brou casola amb pistons sense gluten Pollastre rostit al forn amb patates rosses (xef) Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Filet de llenguado al forn amb pèsols i pastanaga logurt natural
kcal:2392 hidrats(gr):159 lipids(gr):91 proteïnes:79 (gr) del29al31	Llenties ecològiques amb verdures Hamburgueses de vedella a la planxa amb xips Fruita de temporada	Macarrons sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Truita francesa amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Crema de carbassó natural Llom a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada		

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

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Platan - Mandarina - Taronja// COLOR TARONJA producte de proximitat