



FRESCAT

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



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>kcal:797,8 hidrats(gr):52,4 lipids(gr):30 proteïnes:26,4 (gr) del1al4</p>					<p>Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Botifarra a la planxa amb amanida verda logurt Natural</p>
<p>kcal:3.980 hidrats(gr)262 lipids(gr):154 proteïnes:134,2 (gr) del5al11</p>	<p>Crema de carbassa natural Truita de patates amb amanida verda i pastanaga natural Fruita de temporada</p>	<p>Col i patata natural saltejada Escalopes de cap de llom enciam i blat de moro natural Fruita de temporada</p>	<p>Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Salsitxes a la planxa amb patates xef Fruita de temporada</p>	<p>Escudella casolana amb pistons ecològics Carn d'olla amb pastanaga bullida i oli d'oliva Fruita de temporada</p>	<p>Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb verdures del temps logurt Natural</p>
<p>kcal:3.979 hidrats(gr):261,7 lipids(gr):150 proteïnes:132,1 (gr) del12al18</p>	<p>Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Truita de formatge amb enciam i pastanaga natural Fruita de temporada</p>	<p>Llenties ecològiques amb verdures Petxuga de pollastre amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada</p>	<p>Patates naturals amb suc i pesols Hamburgueses de vedella a la planxa amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada</p>	<p>Pizza 4 estacions artesana (de proximitat i ecològica) Cueta de rap a la romana mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada</p>	<p>Sopa de brou casolà amb estrelletes ecològiques Pilotetes de vedella amb suc i daus de patates logurt Natural</p>
<p>kcal:3.987 hidrats(gr):266 lipids(gr):152 proteïnes:131 (gr) del19al25</p>	<p>Espaguetis ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de caella al forn amb pesols i pastanaga Fruita de temporada</p>	<p>Arròs amb tomàquet natural sofregit Botifarra a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada</p>	<p>Mongetes seques naturals ecològiques Truita francesa amb amanida i blat de moro natural Fruita de temporada</p>	<p>Escudella casolana amb galets ecològics Pollastre rostit al forn amb llesquetes de patata Fruita de temporada</p>	<p>Crema de carbassa natural Llonzets de cap de llom a la Riojana logurt Natural</p>
<p>kcal:3.978 hidrats(gr):261,7 lipids(gr):150 proteïnes:132,1 (gr) del 26 al 30</p>	<p>Canelons casolans gratinats Truita francesa amb amanida verda i blat de moro natural Fruita de temporada</p>	<p>Llenties ecològiques amb verdures Pollastre rostit amb tomàquet al forn Fruita de temporada</p>	<p>Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Salsitxes a la planxa amb amanida verda i blat de moro Fruita de temporada</p>	<p>Escudella casolana amb pistons ecològics Hamburgueses de vedella la planxa amb patates xef Fruita de temporada</p>	<p>Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Filet de llenguado al forn amb pesols i pastanaga logurt Natural</p>

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 2018 Llar d'infants



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:476 hidrats(gr):33 lipids(gr):17 proteïnes:5 (gr) del1al4					Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Botifarra a la planxa amb amanida verda logurt Natural
kcal:2382 hidrats(gr):165,3 lipids(gr):87,1 proteïnes:78,3 (gr) del5al11	Crema de carbassa natural Truita de patates amb amanida verda i pastanaga natural Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Escalopes de 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 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 verdurettes del temps logurt Natural
kcal:2377 hidrats(gr):166 lipids(gr):87,3 proteïnes:79,1 (gr) del12al18	Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Truita de formatge amb enciam i pastanaga natural Fruita de temporada	Llenties ecològiques amb verdurettes Petxuga de pollastre amb tomàquet i olives sense pinyol 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	Puré de verdures natural Cueta de rap a la romana mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Sopa de brou casolà amb estrelletes ecològiques Pilotetes de vedella amb suc i daus de patates logurt Natural
kcal:2378 hidrats(gr):165 lipids(gr):88 proteïnes:80 (gr) del19al25	Espaguetis ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de caella al forn amb pesols i pastanaga Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Botifarra a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Mongetes seques naturals ecològiques Truita francesa amb amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Pollastre rostit al forn amb llesquetes de patata Fruita de temporada	Crema de carbassa natural Llonzets de cap de llom a la Riojana logurt Natural
kcal:2381 hidrats(gr):165,3 lipids(gr):87,1 proteïnes:78,3 (gr) del 26 al 30	Canelons casolans gratinats Truita francesa amb amanida verda i blat de moro natural Fruita de temporada	Llenties ecològiques amb verdurettes Pollastre rostit 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 Hamburgueses de vedella la planxa amb patates xef 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 2018 sense gluten



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>kcal:797,8 hidrats(gr):52,4 lipids(gr):30 proteïnes:26,4 (gr) del1a14</p>					<p>Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Botifarra a la planxa amb amanida verda logurt Natural</p>
<p>kcal:3.980 hidrats(gr)262 lipids(gr):154 proteïnes:134,2 (gr) del5a111</p>	<p>Crema de carbassa natural Truita de patates amb amanida verda i pastanaga natural Fruita de temporada</p>	<p>Col i patata natural saltejada Cap de llom enciam i blat de moro natural Fruita de temporada</p>	<p>Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Salsitxes a la planxa amb patates xef Fruita de temporada</p>	<p>Escudella casolana amb galets sense gluten Carn d'olla amb pastanaga bullida i oli d'oliva Fruita de temporada</p>	<p>Macarrons sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb verduret del temps logurt Natural</p>
<p>kcal:3.979 hidrats(gr):261,7 lipids(gr):150 proteïnes:132,1 (gr) del12a118</p>	<p>Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Truita de formatge amb enciam i pastanaga natural Fruita de temporada</p>	<p>Llenties ecològiques amb verduret Petxuga de pollastre amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada</p>	<p>Patates naturals amb suc i pesols Hamburgueses de vedella a la planxa amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada</p>	<p>Pizza 4 estacions sense gluten Cueta de rap al forn mesclum d'enciams (escarola,enciam,l'ollo rosso) Fruita de temporada</p>	<p>Sopa de brou casolà amb estrelletes sense gluten Bistec de vedella a la planxa amb patates logurt Natural</p>
<p>kcal:3.987 hidrats(gr):266 lipids(gr):152 proteïnes:131 (gr) del19a125</p>	<p>Espaguetis sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Filet de caella al forn amb pesols i pastanaga Fruita de temporada</p>	<p>Arròs amb tomàquet natural sofregit Botifarra a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola,enciam,l'ollo rosso) Fruita de temporada</p>	<p>Mongetes seques naturals ecològiques Truita francesa amb amanida i blat de moro natural Fruita de temporada</p>	<p>Sopa de brou casolà amb estrelletes sense gluten Pollastre rostit al forn amb llesquetes de patata Fruita de temporada</p>	<p>Crema de carbassa natural Llonzets de cap de llom a la Riojana logurt Natural</p>
<p>kcal:3.978 hidrats(gr):261,7 lipids(gr):150 proteïnes:132,1 (gr) del 26 al 30</p>	<p>Espirals sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Truita francesa amb amanida verda i blat de moro natural Fruita de temporada</p>	<p>Llenties ecològiques amb verduret Pollastre rostit amb tomàquet al forn Fruita de temporada</p>	<p>Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Salsitxes a la planxa amb amanida verda i blat de moro Fruita de temporada</p>	<p>Escudella casolana amb galets sense gluten Hamburgueses de vedella la planxa amb patates xef Fruita de temporada</p>	<p>Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Filet de llenguado al forn amb pesols i pastanaga logurt Natural</p>

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 2018 Halal



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>kcal:797,8 hidrats(gr):52,4 lipids(gr):30 proteïnes:26,4 (gr) del1al4</p>					<p>Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Bunyols de bacallà amb amanida verda logurt Natural</p>
<p>kcal:3.980 hidrats(gr)262 lipids(gr):154 proteïnes:134,2 (gr) del5al11</p>	<p>Crema de carbassa natural Truita de patates amb amanida verda i pastanaga natural Fruita de temporada</p>	<p>Col i patata natural saltejada Croquetes de peix amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada</p>	<p>Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Crestes de tonyina amb patates xef Fruita de temporada</p>	<p>Escudella casolana amb pistons ecològics Carn d'olla amb pastanaga bullida i oli d'oliva (pollastre) Fruita de temporada</p>	<p>Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb verduretes del temps logurt Natural</p>
<p>kcal:3.979 hidrats(gr):261,7 lipids(gr):150 proteïnes:132,1 (gr) del12al18</p>	<p>Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Truita de formatge amb enciam i pastanaga natural Fruita de temporada</p>	<p>Llenties ecològiques amb verduretes Pollastre rostit amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada</p>	<p>Patates naturals amb suc i pesols Farcellets de verdures amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada</p>	<p>Pizza 4 estacions artesana (de proximitat i ecològica) Cueta de rap a la romana mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada</p>	<p>Sopa de brou casolà amb estrelletes ecològiques Bastonets de lluç amb xips de patates logurt Natural</p>
<p>kcal:3.987 hidrats(gr):266 lipids(gr):152 proteïnes:131 (gr) del19al25</p>	<p>Espaguetis ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de caella al forn amb pesols i pastanaga Fruita de temporada</p>	<p>Arròs amb tomàquet natural sofregit Crestes de tonyina amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada</p>	<p>Mongetes seques naturals ecològiques Truita francesa amb amanida i blat de moro natural Fruita de temporada</p>	<p>Escudella casolana amb galets ecològics Pollastre rostit al forn amb llesquetes de patata Fruita de temporada</p>	<p>Crema de carbassa natural Buynols de bacalla amb amanida logurt Natural</p>
<p>kcal:3.978 hidrats(gr):261,7 lipids(gr):150 proteïnes:132,1 (gr) del 26 al 30</p>	<p>Canelons casolans gratinats Truita francesa amb amanida verda i blat de moro natural Fruita de temporada</p>	<p>Llenties ecològiques amb verduretes Pollastre rostit amb tomàquet al forn Fruita de temporada</p>	<p>Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Croquetes de peix amb amanida verda i blat de moro Fruita de temporada</p>	<p>Escudella casolana amb pistons ecològics Farcellets de verdures amb patates xef Fruita de temporada</p>	<p>Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Filet de llenguado al forn amb pesols i pastanaga logurt Natural</p>

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.