

**Dilluns Dimarts Dimecres Dijous Divendres**

<p><b>La pasta, les llenties, els cigrons i les mongetes blanques utilitzades per elaborar els menús d'aquest col·legi són d'origen ecològic.</b></p>		<p><b>FESTA</b></p>		<p><b>FESTA</b></p>	
<p>Arròs amb salsa de tomàquet</p>	<p>Escudella amb cigrons i minimandonguilles (brou, patata, pastanaga, pasta i col)</p>	<p>Patates estofades amb pèsols i ou dur</p>	<p>Tallarines a la napolitana (sofregit de ceba, tomàquet) amb formatge ratllat</p>	<p>Mongetes verdes amb patates</p>	
<p>Croquetes d'escudella amb xips</p>	<p>Cuixa de pollastre rostida amb poma</p>	<p>Hamburguesa de porc i vedella a la planxa amb tomàquet gratinat</p>	<p>Truita francesa amb amanida</p>	<p>Filet de lluç amb amanida</p>	
<p>Macedònia de fruites</p>	<p>Fruita del temps</p>	<p>Fruita del temps</p>	<p>Fruita del temps</p>	<p>Làctic</p>	
<p>Kcal: 768 Lip: 17g Prot: 56g HC: 96g</p>	<p>Kcal: 754 Lip: 26g Prot: 33g H.C: 97g</p>	<p>Kcal: 562 Lip: 22g Prot: 23g HC: 68g</p>	<p>Kcal: 562 Lip: 22g Prot: 23g HC: 68g</p>	<p>Kcal: 688 Lip: 28g Prot: 29g H.C: 80g</p>	
<p>Llenties a la riojana amb verdures, xoriço i cansalada</p>	<p>Mongetes verdes amb patates</p>	<p>Sopa d'au i verdures</p>	<p>Arròs a la milanesa (amb salitxes york i xampinyons)</p>	<p>Crema de carbassa i pastanaga</p>	
<p>Truita de patata amb amanida</p>	<p>Salsitxes amb salsa de tomàquet</p>	<p>Daus de pollastre adobats al forn amanida</p>	<p>Limanda arrebossada amb amanida</p>	<p>Pernil brassejat al forn amb amanida</p>	
<p>Fuita del temps</p>	<p>Fruita del temps</p>	<p>Làctic</p>	<p>Fruita del temps</p>	<p>Fruita del temps</p>	
<p>Kcal: 733 Lip: 29g Prot: 20g H.C: 98g</p>	<p>Kcal: 726 Lip: 26g Prot: 24g H.C: 99g</p>	<p>Kcal: 664 Lip: 20g Prot: 24g H.C: 97g</p>	<p>Kcal: 638 Lip: 22g Prot: 26g H.C: 84g</p>	<p>Kcal: 669 Lip: 25g Prot: 28g H.C: 83g</p>	
<p>Arròs amb gall dindi i xampinyons</p>	<p>Sopa de l'àvia (brou casolà de pollastre i vedella, i pasta fina)</p>	<p>Mongetes amb patata, pastanaga i oli d'oliva</p>	<p>Cigrons bullits amb verdures i patates</p>	<p>Macarrons a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet)</p>	
<p>Lluç a la planxa amb amanida</p>	<p>Mandonguilles a la jardinera (pèsols, pastanaga i patata)</p>	<p>Truita de pernil dolç amb amanida</p>	<p>Cuixa de pollastre a la llimona amb carbassó arrebossat</p>	<p>Llom empanat amb amanida</p>	
<p>Fuita del temps</p>	<p>Fruita del temps</p>	<p>Fruita del temps</p>	<p>Làctic</p>	<p>Fruita del temps</p>	
<p>Kcal: 654 Lip: 22g Prot: 28g H.C: 86g</p>	<p>Kcal: 692 Lip: 24g Prot: 29g H.C: 89g</p>	<p>Kcal: 747 Lip: 27g Prot: 31g H.C: 95g</p>	<p>Kcal: 680 Lip: 28g Prot: 24g H.C: 83g</p>	<p>Kcal: 728 Lip: 28g Prot: 22g H.C: 98g</p>	
<p>Crema de carbassó amb rostes</p>	<p>Arròs amb salsa de tomàquet</p>	<p>Mongetes blanques amb verdures</p>	<p><b>FESTA</b></p>		<p>Macarrons a la bolonyesa (carn picada, sofregit de ceba i tomàquet)</p>
<p>Botifarra a la planxa amb seques</p>	<p>Lluç a la planxa amb amanida</p>	<p>Fricandó de vedella amb xampinyons</p>	<p>Nuggets de pollastre amb xips</p>		<p>Làctic</p>
<p>Fruita del temps</p>	<p>Fruita del temps</p>	<p>Fruita del temps</p>	<p>Kcal: 728 Lip: 28g Prot: 22g H.C: 98g</p>		<p>Kcal: 705 Lip: 32g Prot: 35g HC: 68g</p>
<p>Kcal: 705 Lip: 32g Prot: 35g HC: 68g</p>	<p>Kcal: 754 Lip: 26g Prot: 33g H.C: 97g</p>	<p>Kcal: 680 Lip: 28g Prot: 24g H.C: 83g</p>			

Les amanides de guarnició tindran els següents ingredients: enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro i olives.

Els làctics seran: iogurts naturals o de sabors, natilles, flams i iogurts líquids.

La fruita de novembre serà: poma, pera, plàtan, taronja i mandarina.

Novembre 2018

COL·LEGI SANT JOSEP  
(SANT SADURNÍ  
D'ANOIA)

Alimentant el Present, Alimentant el Futur

Sabies que existeixen més de 850 varietats de carbassa? La típica carbassa és rica en betacarotens, responsables del seu color taronja.



www.agoracatering.es // info@agoracatering.es  
Ctra. Santa Creu de Calafell, 35 Baixos  
Gavà, Barcelona  
93.638.87.03

Estem treballant conjuntament amb Cesnut Nutrició per oferir-vos la màxima qualitat dietètica en la programació dels nostres menús. Per qualsevol dubte del nostre menú contacti amb l'equip de Dietistes-Nutricionistes a info@cesnut.com o per telèfon en el 93 364 12 12.

