

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
3 Arròs amb verdures	4 Sopa de peix (brou casolà de peix i pasta fina)	5 Patata i bròquil al vapor amb oli d'oliva	6 Macarrons a la bolonyesa	7 Amanida de cigrons, tonyina i ou
Llom a la planxa amb amanida	Estofat de gall dindi a la jardinera	Pollastre a la planxa amb amanida	Truita i formatge amb amanida	Lluç al forn amb tomàquet al forn
Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps
Kcal. 729 Lip. 26g Prot. 35g HC 98g	Kcal. 697 Lip. 24g Prot. 28g HC 73g	Kcal. 671 Lip. 28g Prot. 29g HC 70g	Kcal. 665 Lip. 23 g. Prot: 28 g. H.C: 74 g.	Kcal. 710 Lip. 23g Prot. 32g HC. 80g
10 Llenties a la Riojana	11 Mongeta verda amb patata i pastanaga i oli d'oliva	12 Fideuà amb calamars i musclos	13 Amanida de patates tonyina i ou	14 Arròs amb salsa de tomàquet
Truita francesa amb amanida	Cuixa de pollastre a la llimona amb amanida	Lluç arrebossat amb amanida	Vedella a la planxa amb amanida	Llom a la planxa amb bolets
Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
Kcal. 688 Lip. 10g Prot. 49g HC 98g	Kcal. 711 Lip. 33g Prot. 36g HC 71g	Kcal. 705 Lip. 18g Prot. 32g HC 70g	Kcal. 631 Lip. 23g Prot. 29g HC. 77g	Kcal. 706 Lip. 26g Prot. 29g HC 89g
17 Crema de verdures de temporada	18 Amanida de cigrons (cigrons, tomàquet, pebrot i ou dur)	19 Arròs amb salsa de tomàquet	20 Amanida russa (patata, mongeta verda, pastanaga, pèsols, tonyina, ou dur i maionesa)	21 Pizza italiana
Vedella a la planxa amb amanida	Truita de patata amb amanida	Filet de lluç al forn amb amanida	Rostit de porc a la pinya	Pollastre empanat amb xips
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Refresc i gelat
Kcal. 630 Lip. 24g Prot. 29g HC. 67g	Kcal. 752 Lip. 17g Prot. 42g HC 95g	Kcal. 701 Lip. 11g Prot. 50g HC 98g	Kcal. 728 Lip. 33g Prot. 37g HC 82g	Kcal. 711 Lip. 24 g. Prot: 26 g. H.C: 79 g.

*****LA PASTA, PA
RATLLAT I FARINA
UTILITZADA PER
ELABORAR AQUEST
MENÚ NO CONTÉ
GLUTEN*****



Bon estiu!!!



Alimentant el Present, Alimentant el Futur

Juny 2019

**COL·LEGI SANT JOSEP
(SANT SADURNÍ
D'ANOIA)
(sense gluten)**

**Els cogombres són
font de minerals
com el potassi i
rics en vitamina C.
Li donaran un toc
fresc i diferent als
teus plats d'estiu.**



Agora
ol·lectivitats



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

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 juny serà: poma, pera, plàtan, síndria, meló i nectarines.

CESNUT
NUTRICIÓN
Consultoría Nutricional



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.