



COL·LEGI SANT JOSEP
08770 SANT SADURNI D'ANOIA

Octubre 2020

SENSE PEIX

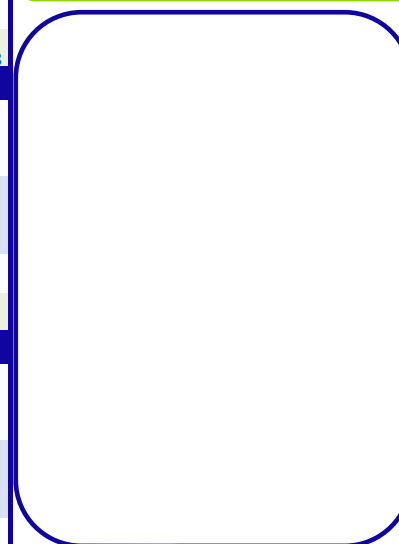
ALIMENTANT EL PRESENT

			DIJOUS 1	DIVENDRES 2
			Mongetes blanques bullides amb patates	Arròs a la bolonyesa (sofregit de ceba, tomàquet i carn picada)
			Llom a la planxa amb enciam, tomàquet i blat de moro	Truita francesa amb xampinyons saltats
			Làctic	Fruita de temporada
			Kcal: 625,9 Prot (gr) 35,1 Lip (gr) 64,0 H.C. (gr) 82,9	Kcal: 931,8 Prot (gr) 35,9 Lip (gr) 98,1 H.C. (gr) 109,0
DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Sopa de l'àvia (brou casolà de pollastre i vedella, tires de pollastre i pasta fina)	Arròs amb pollastre	Patata i bròquil amb oli d'oliva	Llenties a la Riojana (patata, ceba, tomàquet, pastanaga, pebrot i xoriç)	Fidues amb tomàquet
Salsitxes a la planxa amb carxofes arrebossades	Pollastre a la planxa amb amanida	Estofat de porc a la pinya amb enciam, blat de moro i olives verdes	Truita de pernil dolç amb enciam, pastanaga i tomàquet cherry	Pit de pollastre arrebossat amb enciam, pastanaga i blat de moro
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic
Kcal: 895,6 Prot (gr) 96,7 Lip (gr) 242,2 H.C. (gr) 408,2	Kcal: 865,1 Prot (gr) 50,7 Lip (gr) 82,1 H.C. (gr) 94,7	Kcal: 667,3 Prot (gr) 40,2 Lip (gr) 77,5 H.C. (gr) 72,5	Kcal: 779,1 Prot (gr) 38,6 Lip (gr) 67,0 H.C. (gr) 90,6	Kcal: 887,7 Prot (gr) 42,6 Lip (gr) 73,1 H.C. (gr) 114,8
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
FESTA	Arròs amb salsa de tomàquet	Crema de carbassó amb rostes (patata, porro, carbassó)	Espaguetis a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet) amb formatge ratllat	Llenties estofades amb bacó (porro, pastanaga, patata, ceba, pebrot i bacó)
	Truita francesa amb albergínia arrebossada	Daus de pollastre adobats amb enciam, pastanaga i blat de moro	Fricandó de vedella amb xampinyons	Pollastre a la planxa amb amanida
	Làctic	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
	Kcal: 931,7 Prot (gr) 27,7 Lip (gr) 213,7 H.C. (gr) 109,4	Kcal: 613,0 Prot (gr) 44,3 Lip (gr) 58,5 H.C. (gr) 79,8	Kcal: 825,9 Prot (gr) 43,1 Lip (gr) 21,3 H.C. (gr) 110,7	Kcal: 746,0 Prot (gr) 43,6 Lip (gr) 61,9 H.C. (gr) 89,3
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Arròs a la milanesa (sofregit, pernil dolç i xampinyons)	Cigrons cuits amb patates	Mongeta verda amb patata i pastanaga i oli d'oliva	Sopa d'au (brou casolà de pollastre i vedella amb estrelletes)	Macarrons integrals a la napolitana
Escalopa de vedella amb enciam, pastanaga i olives verdes	Truita francesa amb enciam, tomàquet i blat de moro	Llom a la planxa amb carbassó arrebossat	Aletes de pollastre adobades amb patates fregides	Vedella a la planxa amb amanida
Fruita de temporada	Làctic	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
Kcal: 879,5 Prot (gr) 36,2 Lip (gr) 76,4 H.C. (gr) 115,1	Kcal: 916,5 Prot (gr) 40,1 Lip (gr) 82,6 H.C. (gr) 103,6	Kcal: 621,2 Prot (gr) 30,4 Lip (gr) 170,0 H.C. (gr) 91,0	Kcal: 1316,0 Prot (gr) 54,5 Lip (gr) 431,4 H.C. (gr) 104,4	Kcal: 546,8 Prot (gr) 30,8 Lip (gr) 71,2 H.C. (gr) 48,0
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
Trinxat de la Cerdanya (patata, all, bacon, cansalada i oli d'oliva)	Mongetes blanques bullides amb patates	Arròs amb verdures	Espaguetis a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet) amb formatge ratllat	Crema de carbassa i moniato amb rostes de pa
Mandonguilles amb salsa de tomàquet i xampinyons	Cuixa de pollastre rostida al forn amb carbassó arrebossat	Pollastre a la planxa amb amanida	Truita de patata amb enciam, tomàquet i olives verdes	Llom amb salsa de castanyes
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic	Fruita de temporada	Fruita de temporada
Kcal: 806,6 Prot (gr) 25,3 Lip (gr) 36,7 H.C. (gr) 93,8	Kcal: 1080,9 Prot (gr) 66,5 Lip (gr) 199,2 H.C. (gr) 106,2	Kcal: 652,9 Prot (gr) 32,2 Lip (gr) 59,8 H.C. (gr) 95,4	Kcal: 791,0 Prot (gr) 31,8 Lip (gr) 76,1 H.C. (gr) 100,9	Kcal: 557,7 Prot (gr) 32,0 Lip (gr) 12,2 H.C. (gr) 78,3

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 del mes serà: síndria, nectarina, meló, poma, pera i plàtan.



Agora
Collectivitats



Ctra. Santa Creu de Calafell, núm. 35, bxs.
08850 - Gavà - Barcelona
Tel. 93.638.87.03
info@agoracatering.es / www.agoracatering.es