



COL·LEGI SANT JOSEP
08770 SANT SADURNI D'ANOIA

Setembre 2020

SENSE GLUTEN

ALIMENTANT EL PRESENT

	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
Arròs amb salsa de tomàquet	Amanida de pasta (pasta sense gluten, pernil dolç, blat de moro, tomàquet i olives verdes)	Llenties estofades amb verdures (ceba, tomàquet, patata, carbassó, porro, pastanaga i pebrot)	Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva	Crema de patata i pastanaga (sense rostes de pa)
Llom a la planxa amb enciam, pastanaga i olives verdes	Truita francesa amb tomàquet al forn	Lluç a la marinera amb enciam, pastanaga i olives verdes	Cuixa de pollastre rostida a les fines herbes amb enciam, tomàquet i blat de moro	Llom a la planxa amb enciam, blat de moro i olives verdes
Préssec en almívar	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic	Fruita de temporada
Kcal: 680,1 Prot (gr) 29,7 Lip (gr) 64,8 H.C. (gr) 96,2	Kcal: 563,1 Prot (gr) 30,3 Lip (gr) 62,1 H.C. (gr) 102,2	Kcal: 767,6 Prot (gr) 39,2 Lip (gr) 62,2 H.C. (gr) 112,6	Kcal: 931,3 Prot (gr) 59,5 Lip (gr) 89,0 H.C. (gr) 76,9	Kcal: 561,9 Prot (gr) 28,5 Lip (gr) 64,4 H.C. (gr) 80,9
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
Mongeta verda amb patata i pastanaga i oli d'oliva	Cigrons cuits amb patates	Paella marinera (sofregit, sípia, músclos i brou de peix)	Macarrons a la napolitana SENSE GLUTEN i OU (sofregit de ceba i tomàquet) (pasta sense gluten) amb	Crema de porros
Limanda al forn amb calabacín a la planxa	Botifarra a la planxa amb enciam, tomàquet i blat de moro	Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pastanaga	Fricandó de vedella amb xampinyons (sense gluten)	Truita de patata amb enciam, tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic	Fruita de temporada	Fruita de temporada
Kcal: 540,6 Prot (gr) 28,7 Lip (gr) 43,6 H.C. (gr) 71,0	Kcal: 779,0 Prot (gr) 33,6 Lip (gr) 77,1 H.C. (gr) 85,3	Kcal: 785,5 Prot (gr) 45,0 Lip (gr) 58,9 H.C. (gr) 106,8	Kcal: 825,8 Prot (gr) 40,8 Lip (gr) 25,1 H.C. (gr) 106,5	Kcal: 783,6 Prot (gr) 23,3 Lip (gr) 90,9 H.C. (gr) 72,8
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30		
Patata i bròquil amb oli d'oliva	Amanida patata hortalisses ou olives	Espaguetis a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet, pasta sense ou, sense formatge)		
Pernil de porc brassejat al forn amb enciam, tomàquet i blat de moro	Lluç al forn amb picada d'all i julivert amb enciam, blat de moro i olives verdes	Cuixa de pollastre rostida al forn amb enciam i tomàquet		
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada		
Kcal: 710,5 Prot (gr) 34,5 Lip (gr) 79,5 H.C. (gr) 69,1	Kcal: 614,7 Prot (gr) 31,8 Lip (gr) 68,7 H.C. (gr) 82,2	Kcal: 1043,6 Prot (gr) 62,5 Lip (gr) 83,9 H.C. (gr) 98,9		

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 setembre serà: síndria, nectarina, meló, poma, pera i plàtan.



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 contacta amb l'equip de Dietistes-Nutricionistes a info@cesnut.com o per telèfon en el 93 364 12 12.

Agora
Collectivitats



Ha superado la auditoria que estimula resultados
ISO 9001 CALIDAD
Ha superado la auditoria que estimula resultados
ISO 14001 MEDIO AMBIENTE
Ha superado la auditoria que estimula resultados
ISO 22000 SEGURIDAD ALIMENTARIA

Ctra. Santa Creu de Calafell, núm. 35, bxs.
08850 - Gavà - Barcelona
Tel. 93.638.87.03

info@agoracatering.es / www.agoracatering.es

ALIMENTANT EL FUTUR