

Proposta de sopar

NOVEMBRE 2021

“Sabies que l’alvocat ja era consumit pels asteques? És una fruita peculiar pel seu baix contingut en aigua i el seu alt contingut en greixos. Així i tot, són greixos saludables, amb un elevat contingut en Omega-9. També aporta Vitamina E, C y Potassi”.

	DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
A L I M E N T A N T E L P R E S E N T	FESTIU	ARRÒS	VERDURA	LLEGUM	PASTA
		PEIX BLANC/BLAU AMB GUARNICIÓ*	CARN BLANCA AMB GUARNICIÓ*	OU AMB GUARNICIÓ*	PEIX BLANC/BLAU AMB GUARNICIÓ*
		FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA/IOGURT	FRUITA DE TEMPORADA/IOGURT	FRUITA DE TEMPORADA/IOGURT
	DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
	VERDURA	PATATA	PASTA	ARRÒS	LLEGUM
	CARN VERMELLA AMB GUARNICIÓ*	PEIX BLANC/BLAU AMB GUARNICIÓ*	OU AMB GUARNICIÓ*	CARN BLANCA AMB GUARNICIÓ*	PEIX BLANC/BLAU AMB GUARNICIÓ*
	FRUITA DE TEMPORADA/IOGURT	FRUITA DE TEMPORADA/IOGURT	FRUITA DE TEMPORADA/IOGURT	FRUITA DE TEMPORADA/IOGURT	FRUITA DE TEMPORADA
	DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
	ARRÒS	PASTA	PATATA	LLEGUM	VERDURA
	OU AMB GUARNICIÓ*	CARN BLANCA AMB GUARNICIÓ*	PEIX BLANC/BLAU AMB GUARNICIÓ*	CARN VERMELLA AMB GUARNICIÓ*	CARN BLANCA AMB GUARNICIÓ*
		FRUITA DE TEMPORADA/IOGURT	FRUITA DE TEMPORADA/IOGURT	FRUITA DE TEMPORADA	
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26	
VERDURA	LLEGUM	PATATA	PASTA	ARRÒS	
OU AMB GUARNICIÓ*	PEIX BLANC/BLAU AMB GUARNICIÓ*	CARN VERMELLA AMB GUARNICIÓ*	PEIX BLANC/BLAU AMB GUARNICIÓ*	CARN BLANCA AMB GUARNICIÓ*	
FRUITA DE TEMPORADA/IOGURT	FRUITA DE TEMPORADA/IOGURT	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA/IOGURT	FRUITA DE TEMPORADA/IOGURT	
DILLUNS 29	DIMARTS 30				
FESTIU	VERDURA				
	CARN VERMELLA AMB GUARNICIÓ*				
	FRUITA DE TEMPORADA/IOGURT				

GUARNICIONS: enciam, tomàquet amanit, patata al forn, puré de patata, arròs saltejat, pastanaga baby, escalivada, pebrot al forn, carbassó a la planxa, espàrrecs blancs, espàrrecs verds, samfaina, tomàquet al forn, xampinyons.

CARN VERMELLA: vedella, porc, xai, embotits... / **CARN BLANCA:** gall d’indi, pollastre, conill
PEIX BLANC: rap, lluç, llenguado, bruixa, bacallà, tilàpia... / **PEIX BLAU:** salmó, tonyina, sardina, seitons

ALIMENTANT EL FUTUR

Agora
Colectivitats



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