



COL·LEGI SANT JOSEP
08770 SANT SADURNI D'ANOIA

Març 2022

INFANTIL I PRIMER DE PRIMÀRIA

Sabies que les maduixes contenen més quantitat de vitamina C que les taronges? A més, donat que també contenen antocianines i polifenols, constitueixen una de les fruites amb major quantitat d'antioxidants. Quan estan al seu punt òptim desprenen un perfum inconfusible.

Agora
Col·lectivitats



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

	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
	Llenties amb arròs	Macarrons a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet) amb formatge ratllat	Crema de carbassó	Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva
	Truita francesa amb enciam, pastanaga i tomàquet cherry	Lluç al forn amb enciam, blat de moro i olives negres	Salsitxes a la planxa amb enciam, pastanaga i olives verdes	Croquetes de bacallà amb enciam, blat de moro i olives negres
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic	Fruita de temporada
	Kcal: 711,0 Prot (gr) 34,7 Lip (gr) 57,4 H.C. (gr) 98,9	Kcal: 797,5 Prot (gr) 41,1 Lip (gr) 74,0 H.C. (gr) 99,9	Kcal: 613,1 Prot (gr) 26,6 Lip (gr) 71,4 H.C. (gr) 65,7	Kcal: 798,8 Prot (gr) 15,8 Lip (gr) 86,0 H.C. (gr) 99,1

DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
Arròs amb salsa de tomàquet	Bròquil i patata amb oli d'oliva	Cigrons cuinats amb verdures	Fideuà amb musclos i calamars	Pèsols amb patates
Pit de pollastre a la planxa amb enciam, pastanaga i olives verdes	Mandonguilles porc i vedella amb xampinyons	Truita de patata amb enciam, blat de moro i olives negres	Llom empanat amb enciam, pastanaga i olives verdes	Rap al forn amb ceba amb enciam, blat de moro i olives negres
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Natilles de vainilla	Fruita de temporada
Kcal: 688,2 Prot (gr) 33,7 Lip (gr) 65,3 H.C. (gr) 96,8	Kcal: 728,9 Prot (gr) 30,9 Lip (gr) 33,4 H.C. (gr) 76,7	Kcal: 480,7 Prot (gr) 19,1 Lip (gr) 68,8 H.C. (gr) 54,9	Kcal: 883,3 Prot (gr) 48,6 Lip (gr) 71,3 H.C. (gr) 112,4	Kcal: 807,6 Prot (gr) 46,4 Lip (gr) 77,6 H.C. (gr) 90,1

DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
Sopa d'au	Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva	Arròs amb verdures	Mongetes blanques bullides amb patates	Pizza margarita
Pit de pollastre a la planxa amb enciam, pastanaga i tomàquet cherry	Fricandó de vedella a la jardineria amb enciam, pastanaga i olives verdes	Truita francesa amb enciam, pastanaga i olives verdes	Rotí de gall dindi amb xampinyons	Nuggets de peix amb patates xips
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic
Kcal: 612,9 Prot (gr) 92,7 Lip (gr) 63,5 H.C. (gr) 81,2	Kcal: 780,1 Prot (gr) 31,8 Lip (gr) 78,4 H.C. (gr) 87,1	Kcal: 653,5 Prot (gr) 22,4 Lip (gr) 66,1 H.C. (gr) 95,1	Kcal: 689,2 Prot (gr) 34,3 Lip (gr) 18,7 H.C. (gr) 94,7	Kcal: 938,9 Prot (gr) 28,9 Lip (gr) 210,2 H.C. (gr) 83,9

DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
Crema de porro, carbassó i pastanaga	Fideus a la cassola	Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva	Arròs amb salsa de tomàquet	Llenties cuinades amb verdures
Hamburguesa amb xampinyons	Seitons arrebossats amb enciam, pastanaga i olives verdes	Llom a la planxa amb enciam, pastanaga i tomàquet cherry	Pollastre al forn amb verdures amb enciam, blat de moro i olives negres	Truita de patata amb enciam, pastanaga i olives verdes
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic	Fruita de temporada
Kcal: 563,3 Prot (gr) 24,0 Lip (gr) 18,5 H.C. (gr) 74,1	Kcal: 768,7 Prot (gr) 22,0 Lip (gr) 81,6 H.C. (gr) 90,3	Kcal: 646,2 Prot (gr) 31,8 Lip (gr) 64,6 H.C. (gr) 75,8	Kcal: 1095,6 Prot (gr) 60,0 Lip (gr) 97,8 H.C. (gr) 101,6	Kcal: 685,9 Prot (gr) 34,6 Lip (gr) 66,0 H.C. (gr) 90,5

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	
Arròs amb xampinyons	Mongetes blanques i verdures	Macarrons amb salsa rústica	Bròquil i patata amb oli d'oliva	
Estofat de porc a la jardineria	Lluç al forn amb enciam, pastanaga i olives verdes	Truita francesa amb enciam, pastanaga i tomàquet cherry	Pollastre rostit amb poma amb enciam, blat de moro i olives negres	
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic	Fruita de temporada	
Kcal: 704,0 Prot (gr) 35,9 Lip (gr) 16,6 H.C. (gr) 108,5	Kcal: 684,3 Prot (gr) 41,1 Lip (gr) 64,2 H.C. (gr) 89,6	Kcal: 683,6 Prot (gr) 26,3 Lip (gr) 56,3 H.C. (gr) 101,3	Kcal: 901,0 Prot (gr) 63,2 Lip (gr) 88,5 H.C. (gr) 74,7	

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: mandarines, poma, pera i plàtan.

L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva

ALIMENTANT EL FUTUR