



COL·LEGI SANT JOSEP
08770 SANT SADURNI D'ANOIA

Novembre 2022

SENSE LACTOSA

ALIMENTANT

	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
		Macarrons integrals a la napolitana	Cigrons cuinats amb verdures	Sopa d'au
	FESTA	Lluç al forn amb patates xips	Cuixa de pollastre rostida al forn amb xampinyons saltats	Llom a la planxa amb enciam, pastanaga i tomàquet cherry
		Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres
		Kcal: 656,7 Prot (gr) 33,6 Lip (gr) 194,8 H.C. (gr) 66,2	Kcal: 793,1 Prot (gr) 57,3 Lip (gr) 96,4 H.C. (gr) 56,7	Kcal: 604,8 Prot (gr) 88,7 Lip (gr) 63,1 H.C. (gr) 80,6
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
Arròs amb salsa de tomàquet	Sopa d'au	Crema de carbassó amb rostos (carbassó, porro i patata)	Lenties a la Riojana (patata, ceba, tomàquet, pastanaga, pebrot i xoriç)	Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva
Rap al forn amb ceba amb enciam, pastanaga i tomàquet cherry	Pernil de porc brassejat al forn amb enciam, blat de moro i olives negres	Daus de pollastre adobats amb patates daus	Truita de patata amb enciam, blat de moro i olives negres	Fricandó de vedella amb xampinyons
Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres
Kcal: 822,1 Prot (gr) 42,7 Lip (gr) 61,4 H.C. (gr) 107,7	Kcal: 708,3 Prot (gr) 89,7 Lip (gr) 83,1 H.C. (gr) 108,7	Kcal: 622,0 Prot (gr) 43,7 Lip (gr) 12,4 H.C. (gr) 87,8	Kcal: 752,8 Prot (gr) 35,5 Lip (gr) 75,8 H.C. (gr) 93,8	Kcal: 691,8 Prot (gr) 32,1 Lip (gr) 22,5 H.C. (gr) 87,1
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
Espaguetis a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet)	Mongetes blanques i verdures	Sopa d'au	Arròs amb verdures	Pèsols amb patates
Pit de pollastre a la planxa amb enciam, pastanaga i tomàquet cherry	Truita de pernil dolç amb enciam, pastanaga i olives verdes	Llom empanat amb patates xips	Lluç al forn amb enciam, pastanaga i olives verdes	Hamburguesa amb xampinyons
Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres
Kcal: 754,8 Prot (gr) 42,8 Lip (gr) 59,0 H.C. (gr) 100,3	Kcal: 745,6 Prot (gr) 33,9 Lip (gr) 72,4 H.C. (gr) 93,7	Kcal: 907,3 Prot (gr) 93,6 Lip (gr) 206,2 H.C. (gr) 117,3	Kcal: 670,9 Prot (gr) 31,8 Lip (gr) 64,4 H.C. (gr) 94,3	Kcal: 679,8 Prot (gr) 29,5 Lip (gr) 24,0 H.C. (gr) 87,5
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
Crema de carbassa	Bròquil i patata amb oli d'oliva	Cigrons ecològics cuinats amb verdures	Fideuà amb musclos i calamars	Arròs amb salsa de tomàquet
Pit de pollastre arrebossat amb carbassó a la planxa	Bistec de vedella a la planxa	Llom amb tomàquet i xampinyons	Truita francesa amb enciam, pastanaga i tomàquet cherry	Fogoner al forn amb enciam, blat de moro i olives negres
Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres
Kcal: 681,6 Prot (gr) 40,8 Lip (gr) 60,5 H.C. (gr) 90,8	Kcal: 516,6 Prot (gr) 31,0 Lip (gr) 14,4 H.C. (gr) 66,8	Kcal: 507,7 Prot (gr) 28,3 Lip (gr) 16,5 H.C. (gr) 61,2	Kcal: 702,4 Prot (gr) 38,5 Lip (gr) 55,9 H.C. (gr) 95,2	Kcal: 674,6 Prot (gr) 32,3 Lip (gr) 64,2 H.C. (gr) 102,9
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30		
Tallarines napolitana		Sopa d'au		
Lluç arrebossat amb enciam, blat de moro i olives negres	FESTA	Truita de carbassó i patates amb enciam, pastanaga i tomàquet cherry		
Pa i postres		Pa i postres		
Kcal: 896,0 Prot (gr) 38,5 Lip (gr) 69,8 H.C. (gr) 138,6		Kcal: 686,8 Prot (gr) 81,4 Lip (gr) 73,8 H.C. (gr) 84,1		

Les amanides de guarnició tindran els següents ingredients: enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro i olives.

La fruita del mes serà: poma, pera, plàtan, mandarina i taronja

L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva



Agora
Collectivitats



Ha superat la auditoria que certifica: **ISO 9001 CALIDAD**, **ISO 14001 MEDIO AMBIENTE**, **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