ALIMENTANT EL PRESENT

Setembre 2023

SENSE LACTOSA

				DIVENDRES 1
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
		Arròs amb salsa de tomàquet	Crema de porro, carbassó i pastanaga	
		Llom a la planxa amb patates xips	Fricandó de vedella a la jardinera	FESTA
		Pa i postres	Pa i postres	
		Kcal: 809,3 Prot (gr) 31,4 Lip (gr) 191,2 H.C. (gr) 113,9	Kcal: 591,2 Prot (gr) 28,8 Lip (gr) 22,2 H.C. (gr) 68,5	
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
	Fideuà amb musclos i calamars	Cigrons cuinats amb verdures	Arròs a la cassola	Sopa d'au
FESTA	Hamburguesa de porc i vedella a la planxa amb enciam, pastanaga i tomàquet cherry	Truita de patata amb enciam, blat de moro i olives negres	Rap al forn amb ceba amb enciam, pastanaga i olives verdes	Llom a la planxa amb enciam, blat de moro i olives negres
	Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres
	Kcal: 591,1 Prot (gr) 22,7 Lip (gr) 51,6 H.C. (gr) 93,8	Kcal: 677,9 Prot (gr) 30,5 Lip (gr) 71,0 H.C. (gr) 85,2	Kcal: 911,8 Prot (gr) 52,0 Lip (gr) 76,6 H.C. (gr) 106,2	Kcal: 615,0 Prot (gr) 88,9 Lip (gr) 73,3 H.C. (gr) 86,3
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
Espaguetis a la italitana	Arròs amb verdures	Bròquil i patata amb oli d'oliva	Sopa d'au	Mongetes blanques bullides amb patates
Truita francesa amb enciam, pastanaga i olives verdes	Lluç al forn amb enciam, pastanaga i olives negres	Pit de pollastre a la planxa amb enciam, blat de moro i olives negres	Llom a la planxa amb enciam, pastanaga i olives verdes	Bistec de vedella a la planxa
Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres
Kcal: 819,3 Prot (gr) 104,6 Lip (gr) 76,1 H.C. (gr) 100,1	Kcal: 669,8 Prot (gr) 31,8 Lip (gr) 63,3 H.C. (gr) 94,3	Kcal: 581,2 Prot (gr) 37,0 Lip (gr) 67,0 H.C. (gr) 73,9	Kcal: 613,7 Prot (gr) 88,8 Lip (gr) 72,0 H.C. (gr) 80,7	Kcal: 571,3 Prot (gr) 33,0 Lip (gr) 13,7 H.C. (gr) 80,6
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 29
Crema de verdures de temporada	Fideuà amb bolets	Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva	Arròs mar i muntanya	Llenties amb arròs
Estofat de porc a la jardinera	Lluç al forn amb enciam, pastanaga i olives negres	Cuixa de pollastre rostida al forn amb xampinyons saltats	Llom empanat amb enciam, pastanaga i tomàquet cherry	Truita de patata amb enciam, pastanaga i olives verdes
Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres
Kcal: 475,7 Prot (gr) 31,5 Lip (gr) 10,2 H.C. (gr) 70,5	Kcal: 663,4 Prot (gr) 35,8 Lip (gr) 59,3 H.C. (gr) 95,3	Kcal: 990,8 Prot (gr) 61,3 Lip (gr) 106,1 H.C. (gr) 79,8	Kcal: 885,9 Prot (gr) 37,0 Lip (gr) 65,7 H.C. (gr) 121,4	Kcal: 765,6 Prot (gr) 34,8 Lip (gr) 71,4 H.C. (gr) 99,2

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

La fruita del mes serà: poma, nectarina, plàtan, meló i síndria

L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva

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