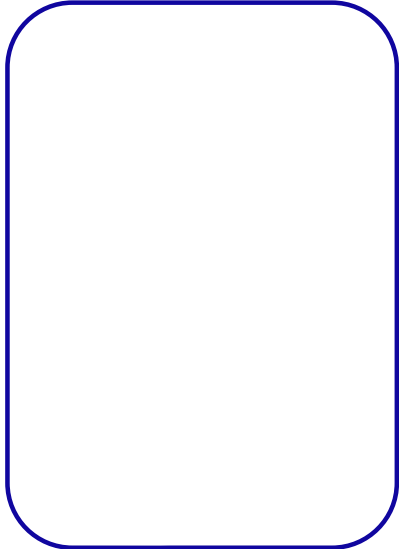




Novembre 2023

SENSE LACTOSA



			DIMECRES			1			DI JOUS			2			DIVENDRES			3		
						FESTA						Sopa d'au			Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva					
									Cuixa de pollastre rostida al forn amb xampinyons saltats						Llom a la planxa amb enciam, pastanaga i tomàquet cherry					
									Làctic						Fruita de temporada					
									Kcal: 970,4 Prot (gr) 120,2 Lip (gr) 108,9 H.C. (gr) 84,6						Kcal: 625,4 Prot (gr) 29,8 Lip (gr) 60,6 H.C. (gr) 75,9					
DILLUNS			DIMARTS			DIMECRES			DI JOUS			DIVENDRES			10					
Arròs amb salsa de tomàquet			Escudella amb cigrons i minimandonguilles			Purè de carbassó amb rostes (carbassó, porro i patata)			Llenties a la Riojana (patata, ceba, tomàquet, pastanaga, pebrot i xoriç)						Bròquil i patata amb oli d'oliva					
Rap al forn amb ceba, enciam, pastanaga i tomàquet cherry			Pernil de porc brasejat 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						Pollastre a la planxa amb amanida					
Fruita de temporada			Fruita de temporada			Pa i postres			Pa i postres						Fruita de temporada					
Kcal: 822,4 Prot (gr) 42,7 Lip (gr) 61,8 H.C. (gr) 107,8			Kcal: 703,7 Prot (gr) 37,4 Lip (gr) 76,4 H.C. (gr) 100,0			Kcal: 613,9 Prot (gr) 43,6 Lip (gr) 12,4 H.C. (gr) 87,7			Kcal: 752,8 Prot (gr) 35,5 Lip (gr) 75,8 H.C. (gr) 93,8						Kcal: 940,0 Prot (gr) 29,8 Lip (gr) 171,3 H.C. (gr) 96,3					
DILLUNS			DIMARTS			DIMECRES			DI JOUS			DIVENDRES			17					
Espaguetis a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet)			Mongetes blanques estofades amb verdures			Sopa d'au			Arròs amb verdures						Pèsols amb patates					
Pit de pollastre a la planxa amb enciam, pastanaga i tomàquet cherry			Truita francesa amb amanida			Llom empanat amb patates xips			Lluç al forn amb enciam, pastanaga i olives verdes						Hamburguesa amb xampinyons					
Fruita de temporada			Pa i postres			Pa i postres			Fruita de temporada						Fruita de temporada					
Kcal: 741,6 Prot (gr) 37,6 Lip (gr) 58,8 H.C. (gr) 140,0			Kcal: 745,9 Prot (gr) 33,9 Lip (gr) 72,7 H.C. (gr) 93,7			Kcal: 907,3 Prot (gr) 93,6 Lip (gr) 206,2 H.C. (gr) 117,3			Kcal: 671,2 Prot (gr) 31,8 Lip (gr) 64,8 H.C. (gr) 94,3						Kcal: 548,8 Prot (gr) 17,0 Lip (gr) 18,0 H.C. (gr) 80,6					
DILLUNS			DIMARTS			DIMECRES			DI JOUS			DIVENDRES			24					
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					
Fogoner al forn amb amanida			Nuggets de pollastre amb enciam, pastanaga i olives verdes			Llom a la planxa amb amanida			Truita francesa amb amanida						Pit de pollastre a la planxa amb enciam, blat de moro i olives negres					
Pa i postres			Pa i postres			Pa i postres			Pa i postres						Pa i postres					
Kcal: 658,6 Prot (gr) 33,3 Lip (gr) 219,3 H.C. (gr) 82,9			Kcal: 743,8 Prot (gr) 25,9 Lip (gr) 79,1 H.C. (gr) 85,7			Kcal: 507,7 Prot (gr) 28,3 Lip (gr) 16,5 H.C. (gr) 61,2			Kcal: 732,5 Prot (gr) 28,9 Lip (gr) 63,2 H.C. (gr) 96,7						Kcal: 692,6 Prot (gr) 33,9 Lip (gr) 66,9 H.C. (gr) 103,3					
DILLUNS			DIMARTS			DIMECRES			DI JOUS			DIVENDRES			27					
Tallarines napolitana			Sopa d'au			FESTA			Mongeta amb patata i pastanaga i oli d'oliva											
Lluç arrebossat amb enciam, blat de moro i olives negres			Truita de carbassó i patates amb enciam, pastanaga i tomàquet cherry						Fricandó de vedella a la jardinera											
Pa i postres			Pa i postres						Pa i postres											
Kcal: 896,0 Prot (gr) 38,5 Lip (gr) 69,8 H.C. (gr) 138,6			Kcal: 687,1 Prot (gr) 81,4 Lip (gr) 74,1 H.C. (gr) 84,1						Kcal: 567,1 Prot (gr) 29,4 Lip (gr) 18,3 H.C. (gr) 69,9											

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

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

L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva

Agora
Collectivitats



Ctra. Santa Creu de Calafell, núm. 35, bxs.
08850 - Gavà - Barcelona
Tel. 93.638.87.03
info@agoracatering.es / www.agoracatering.es