



	DIMECRES 1	DI JOUS 2	DIVENDRES 3
		Sopa d'au	Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva
	FESTA	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 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DI JOUS 9
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)
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	Vedella a la planxa amb amanida
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic
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
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIVENDRES 17
Espaguetis a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet) amb formatge ratllat	Mongetes blanques estofades amb verdures	Sopa d'au	Arròs amb verdures
Pit de pollastre a la planxa amb enciam, pastanaga i tomàquet cherry	Vedella a la planxa amb amanida	Llom empanat amb patates xips	Lluç al forn amb enciam, pastanaga i olives verdes
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic	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
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIVENDRES 24
Crema de carbassa	Bròquil i patata amb oli d'oliva	Cigrons ecològics cuinats amb verdures	Fideuà amb musclos i calamars
Fogoner al forn amb amanida	Nuggets de pollastre amb enciam, pastanaga i olives verdes	Llom a la planxa amb amanida	Vedella a la planxa amb amanida
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic
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
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DI JOUS 30
Tallarines napolitana	Sopa d'au		Mongeta amb patata i pastanaga i oli d'oliva
Lluç arrebossat amb enciam, blat de moro i olives negres	Pollastre a la planxa amb amanida	FESTA	Fricandó de vedella a la jardineria
Làctic	Fruita de temporada		Fruita de temporada
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

Novembre 2023

SENSE OU

*** LA PASTA UTILITZADA PER FER AQUEST MENÚ I ELS EMPANATS O ARREBOSSATS NO CONTENEN OU***

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

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: poma, pera, plàtan, taronja i mandarina

L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva