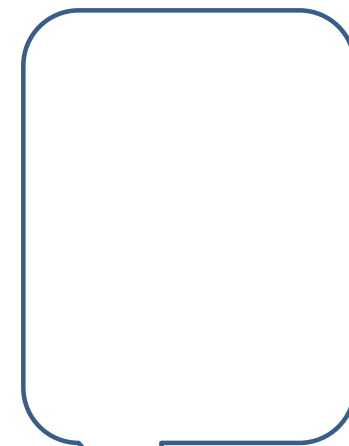


Alimentant el Present, Alimentant el Futur

FESTA

		1	2	3
			Fideuà amb calamars i múscols	Brou casolà de pollastre i vedella amb pasta
			Mandonguilles de vedella i porc amb salsa de tomàquet casolà i xampinyons	Lluç al forn amb patates
			Fruita del temps	Fruita del temps
			Kcal: 734 Prot: 33 g. H.C: 101 g. Lip: 22 g.	Kcal: 737 Prot: 31 g. H.C: 91 g. Lip: 26 g.
6	7	8	9	10
Espaguetis a la italiana	Escudella de cigrons amb minimandonguilles (brou casolà de pollastre, cigrons, pastanaga i col)	Arròs amb pollastre (sofregit de ceba, tomàquet, pebrot i daus de pollastre)	Mongetes verdes amb patates	Mongetes blanques cuinades amb verdures
Filet de limanda arrebossat amb enciam, blat de moro, ceba i olives	Estofat de gall dindi a la jardinera	Truita francesa amb amanida d'enciam i tomàquet	Fricandó de vedella amb xampinyons	Rodanxa de lluç al forn amb enciam,
Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps
Kcal: 654 Prot: 37 g. H.C: 76 g. Lip: 22 g.	Kcal: 779 Prot: 28 g. H.C: 84 g. Lip: 26 g.	Kcal: 760 Prot: 29 g. H.C: 94 g. Lip: 29 g.	Kcal: 760 Prot: 29 g. H.C: 94 g. Lip: 29 g.	Kcal: 688 Prot: 29 g. H.C: 80 g. Lip: 28 g.
13	14	15	16	17
Crema de verdures amb rostes	Fideus a la cassola amb costella de porc	Llenties a la Riojana (sofregit, pebrot, pastanaga i xoriç)	Arròs amb salsa de tomàquet	Sopa de peix (fumet de peix de roca, arròs i pasta fina)
Croquetes de rostit amb amanida de tomàquet, enciam i olives negres	Caella al forn amb enciam, tomàquet, blat de moro	Truita de patata amb enciam, olives, pastanaga i blat de moro	Lluç al forn amb amanida	Hamburguesa a la planxa amb enciam, pastanaga i tomàquet
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps
Kcal: 745 Prot: 23 g. H.C: 98 g. Lip: 29 g.	Kcal: 670 Prot: 27 g. H.C: 82 g. Lip: 26 g.	Kcal: 683 Prot: 23 g. H.C: 96 g. Lip: 23 g.	Kcal: 794 Prot: 32 g. H.C: 98 g. Lip: 30 g.	Kcal: 687 Prot: 24 g. H.C: 96 g. Lip: 23 g.
20	21	22	23	24
Paella marinera (sofregit de ceba i tomàquet, sípia, múscols i fumet casolà)	Sopa de l'àvia (brou casolà de pollastre i vedella, pasta fina i pollastre)	Mongeta verda amb patata i pastanaga i oli d'oliva	Cigrons estofats amb verdures (ceba, pebrot, pastanaga i carbassó)	Macarrons a la napolitana (sofregit casolà de ceba i tomàquet) i formatge ratllat
Truita de tonyina amb enciam, pastanaga, olives i blat de moro	Llom de porc empanat amb xips	Pollastre al forn amb amanida de tomàquet, enciam i pastanaga	Lluç a la Biscaïna (sofregit de ceba, tomàquet, pebre vermell i alls)	Fricandó de vedella a la jardinera
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic
Kcal: 651 Prot: 28 g. H.C: 83 g. Lip: 23 g.	Kcal: 697 Prot: 30 g. H.C: 88 g. Lip: 25 g.	Kcal: 691 Prot: 38 g. H.C: 93 g. Lip: 23 g.	Kcal: 710 Prot: 31 g. H.C: 97 g. Lip: 22 g.	Kcal: 835 Prot: 21 g. H.C: 109 g. Lip: 35 g.
27	28	29	30	
Llenties estofades amb verdures i arròs	Trinxat de la cerdanya (patata, col, all, cansalada i oli d'oliva)	Arròs a la bolonyesa (salsa de tomàquet, carn picada de porc i vedella)	Crema de carbassó amb rostes	
Rodanxa de lluç arrebossada amb enciam, tomàquet, pastanaga i olives	Mandonguilles de porc i vedella amb xampinyons	Daus de tonyina amb salsa de tomàquet	Canelons de carn gratinats amb beixamel	
Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	
Kcal: 683 Prot: 26 g. H.C: 84 g. Lip: 27 g.	Kcal: 812 Prot: 37 g. H.C: 94 g. Lip: 32 g.	Kcal: 812 Prot: 37 g. H.C: 94 g. Lip: 32 g.	Kcal: 812 Prot: 37 g. H.C: 94 g. Lip: 32 g.	



www.agoracatering.es // info@agoracatering.es
 Crta. Santa Creu de Calafell, 35 Baixos
 Gavà , Barcelona
 93.638.87.03

Les amanides de guarnició tindran els següents ingredients: enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro, pebrot, cogombre, ceba i olives.
 Els làctics seran: iogurts naturals o de sabors, natilles, flams i iogurts líquids.
 La fruita de novembre serà: poma, pera, plàtan, taronja i mandarina.



Estem treballant conjuntament amb Cesnut Nutrició per oferir-vos la màxima qualitat dietètica en la programació dels nostres menús. Per qualsevol dubte del nostre menú contacti amb l'equip de Dietistes- Nutricionistes a info@cesnut.com o per telèfon en el 93 364 12 12.