

Alimentant el Present, Alimentant el Futur

Escola José Echegaray (Halal)

Sabies que existeixen més de 850 varietats de carbassa? La típica carbassa és rica en betacarotens, responsables del seu color taronja.



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

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.

<p><b>La pasta, les lleties, els cigrons i les mongetes blanques utilitzades per elaborar els menús d'aquesta escola són d'origen ecològic.</b></p>		<p><b>FESTA</b></p>		<p><b>FESTA</b></p>	
<p>Arròs amb salsa de tomàquet</p>	<p>Sopa de verdures</p>	<p>Tallarines amb tomàquet</p>	<p>Patates estofades amb pèsols i ou dur</p>	<p>Coliflor amb patates</p>	
<p>Croquetes de bacallà amb xips</p>	<p>Cuixa de pollastre rostida amb poma</p>	<p>Truita francesa amb amanida</p>	<p>Vedella empanada amb amanida</p>	<p>Filet de lluç al forn amb amanida</p>	
<p>Pinya en el seu suc</p>	<p>Fruita del temps</p>	<p>Fruita del temps</p>	<p>Fruita del temps</p>	<p>Làctic</p>	
<p>Kcal: 768 Prot: 56g Lip: 17g HC: 96g</p>	<p>Kcal: 754 Prot: 33g Lip: 26g H.C: 97g</p>	<p>Kcal: 562 Prot: 23g Lip: 22g HC: 68g</p>	<p>Kcal: 676 Prot: 25g Lip: 24g H.C: 90g</p>	<p>Kcal: 688 Prot: 29g Lip: 28g H.C: 80g</p>	
<p>Lleties amb verdures</p>	<p>Trinxat de col patata i all</p>	<p>Sopa de pescadors (brou casolà de peix, arròs i pasta fina)</p>	<p>Arròs amb verdures</p>	<p>Patates cuinades amb verdures</p>	
<p>Truita de patata amb enciam, olives i tomàquet</p>	<p>Tonyina amb ceba i tomàquet</p>	<p>Daus de pollastre adobats al forn amanida</p>	<p>Croquetes de bacallà amb amanida</p>	<p>Rodanxa de lluç arrebossada amb amanida</p>	
<p>Fruita del temps</p>	<p>Fruita del temps</p>	<p>Làctic</p>	<p>Fruita del temps</p>	<p>Fruita del temps</p>	
<p>Kcal: 733 Prot: 20g Lip: 29g H.C: 98g</p>	<p>Kcal: 726 Prot: 24g Lip: 26g H.C: 99g</p>	<p>Kcal: 664 Prot: 24g Lip: 20g H.C: 97g</p>	<p>Kcal: 638 Prot: 26g Lip: 22g H.C: 84g</p>	<p>Kcal: 720 Prot: 30g Lip: 30g H.C: 83g</p>	
<p>Arròs amb pollastre i xampinyons</p>	<p>Sopa de verdures</p>	<p>Mongetes amb patata, pastanaga i oli d'oliva</p>	<p>Cigrons bullits amb verdures i patates</p>	<p>Fideus amb tomàquet</p>	
<p>Limanda empanada amb amanida</p>	<p>Vedella a la planxa amb amanida</p>	<p>Cuixa de pollastre a la llimona amb carbassó arrebossat</p>	<p>Truita de verdures amb amanida</p>	<p>Caella al forn amb amanida</p>	
<p>Fruita del temps</p>	<p>Fruita del temps</p>	<p>Fruita del temps</p>	<p>Làctic</p>	<p>Fruita del temps</p>	
<p>Kcal: 654 Prot: 28g Lip: 22g H.C: 86g</p>	<p>Kcal: 692 Prot: 29g Lip: 24g H.C: 89g</p>	<p>Kcal: 747 Prot: 31g Lip: 27g H.C: 95g</p>	<p>Kcal: 680 Prot: 24g Lip: 28g H.C: 83g</p>	<p>Kcal: 728 Prot: 22g Lip: 28g H.C: 98g</p>	
<p>Crema de patata, pastanaga i col-flor amb crostonets de pa</p>	<p>Arròs amb salsa de tomàquet</p>	<p>Mongetes blanques amb verdures</p>	<p>Espaguetis amb salsa de formatge</p>	<p>Pizza de tonyina</p>	
<p>Lluç a la planxa amb amanida</p>	<p>Truita de tonyina amb amanida</p>	<p>Fricandó de vedella amb xampinyons</p>	<p>Lluç al forn amb amanida</p>	<p>Pollastre empanat amb patates fregides</p>	
<p>Fruita del temps</p>	<p>Fruita del temps</p>	<p>Fruita del temps</p>	<p>Fruita del temps</p>	<p>Làctic</p>	
<p>Kcal: 705 Prot: 35g Lip: 32g HC: 68g</p>	<p>Kcal: 754 Prot: 33g Lip: 26g H.C: 97g</p>	<p>Kcal: 680 Prot: 24g Lip: 28g H.C: 83g</p>	<p>Kcal: 747 Prot: 31g Lip: 27g H.C: 95g</p>	<p>Kcal: 728 Prot: 22g Lip: 28g H.C: 98g</p>	

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 de novembre serà: poma, pera, plàtan, taronja i mandarina.

