

Escola José Echegaray (infantil)

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>La pasta, les lleties, els cigrons i les mongetes blanques utilitzades per elaborar els menús d'aquesta escola són d'origen ecològic.</p>		<p>FESTA</p>		<p>FESTA</p>	
<p>Arròs amb salsa de tomàquet</p>	<p>Escudella amb cigrons i minimandonguilles (brou, patata, pastanaga, pasta i col)</p>	<p>Tallarines amb xoriç (sofregit de ceba, tomàquet i xoriç) amb formatge ratllat</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>Hamburguesa de porc i vedella a la planxa amb tomàquet gratinat</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 estofades amb bacó (porro, pebrot, pastanaga i bacó)</p>	<p>Trinxat de la Cerdanya (patata, all, col, cansalada i oli d'oliva)</p>	<p>Sopa de pescadors (brou casolà de peix, arròs i pasta fina)</p>	<p>Arròs amb verdures</p>	<p>Patates cuinades amb cap de llom i 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>Pernil brassejat al forn 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 gall dindi i xampinyons</p>	<p>Sopa de l'àvia (brou casolà de pollastre i vedella, i pasta fina)</p>	<p>Mongetes amb patata, pastanaga i oli d'oliva</p>	<p>Cigrons bullits amb verdures i patates</p>	<p>Fideus a la cassola</p>	
<p>Limanda empanada amb amanida</p>	<p>Mandonguilles a la jardineria (pèsols, pastanaga i patata)</p>	<p>Cuixa de pollastre a la llimona amb carbassó arrebossat</p>	<p>Truita de pernil dolç amb enciam, pastanaga i olives verdes</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-i-flor amb crostonets de pa</p>	<p>Arròs amb salsa de tomàquet</p>	<p>Mongetes blanques amb verdures</p>	<p>Espaguetis amb tomàquet</p>	<p>Purè de verdures</p>	
<p>Botifarra a la planxa amb seques</p>	<p>Truita de tonyina amb amanida</p>	<p>Fricandó de vedella amb xampinyons</p>	<p>Lluç al forn amb amanida</p>	<p>Nuggets de pollastre 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.

