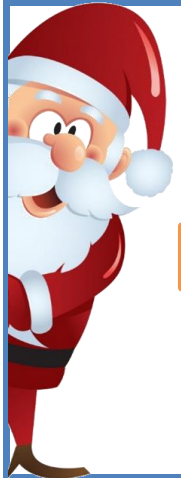


3 Arròs amb calamars	4 Llenties estofades amb verdures (porro, tomàquet, pebrot, pastanaga i carbassó)	5 Mongetes verdes amb patates	6 FESTA		7 FESTA	
Trita francesa amb amanida	Vedella a la planxa amb amanida	Limanda empanada amb amanida	La pasta, les llenties, els cigrons i les mongetes blanques utilitzades per elaborar els menús d'aquest col·legi són d'origen ecològic.			
Fuita del temps	Fruita del temps	Làctic				
Kcal. 768 Lip. 17g	Prot. 56g HC 96g	Kcal. 754 Lip. 26 g.	Prot. 33 g. H.C. 97 g.	Kcal. 562 Lip. 22g	Prot. 23g HC 68g	
10 Arròs amb salsa de tomàquet	11 Fideuà amb calamars i musclos	12 Crema de carbassó amb rostes	13 Mongetes blanques cuinades amb verdures	14 Sopa de verdures		
Pollastre a la planxa amb xips	Filet de lluç al forn amb picada d'all i julivert amb amanida	Vedella empanada amb amanida	Pit de pollastre a la planxa amb tomàquet al forn	Caella al forn amb patates		
Pinya en el seu suc	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		
Kcal. 768 Lip. 17g	Prot. 56g HC 96g	Kcal. 754 Lip. 26 g.	Prot. 33 g. H.C. 97 g.	Kcal. 562 Lip. 22g	Prot. 23g HC 68g	Kcal. 676 Lip. 24 g.
Prot. 56g HC 96g	Prot. 33 g. H.C. 97 g.	Prot. 23g HC 68g	Prot. 25 g. H.C. 90 g.	Prot. 29 g. H.C. 80 g.		
17 Macarrons a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet) i formatge ratllat	18 Coliflor amb patates	19 Cigrons cuinats amb verdures	20 Arròs amb xampinyons	21 Menú de Nadal		
Filet de lluç al forn amb verdures	Escalopa de vedella amb amanida	Daus de tonyina al forn amb salsa de tomàquet	Trita francesa amb amanida	Sopa de verdures		
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Cuixa de pollastre rostida amb panses i pinyons		
Kcal: 733 Lip: 29 g.	Prot: 20 g. H.C: 98 g.	Kcal: 726 Lip: 26 g.	Prot: 24 g. H.C: 99 g.	Kcal: 664 Lip: 20 g.	Prot: 24 g. H.C: 97 g.	Kcal: 638 Lip: 22 g.
Prot: 20 g. H.C: 98 g.	Prot: 24 g. H.C: 99 g.	Prot: 24 g. H.C: 97 g.	Prot: 26 g. H.C: 84 g.	Prot: 28 g. H.C: 83 g.		



Bon Nadal i Feliç 2019



Alimentant el Present, Alimentant el Futur

Desembre 2018

Escola José Echegaray (halal)

Amb 12 grans de raïm acomiadem l'any i la temporada de raïm. Sabies que la major part de les seves propietats antioxidants es troben a la pell?



Agora
ol·lectivitats



www.agoracatering.es // info@agoracatering.es
Ctra. 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 i olives.
Els làctics seran: iogurts naturals o de sabors, natilles, flams i iogurts líquids.
La fruita de desembre 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.