

<p>Paella mixta (sofregit, musclos, calamars, magre de porc i brou)</p> <p>Trita francesa amb amanida</p> <p>Fuita del temps</p> <p>Kcal. 768 Prot. 56g Lip. 17g HC 96g</p>	<p>Llenties estofades amb verdures (porro, tomàquet, pebrot, pastanaga i carbassó)</p> <p>Hamburguesa de porc i vedella a la planxa amb amanida</p> <p>Fruita del temps</p> <p>Kcal: 754 Prot: 33 g. Lip: 26 g. H.C: 97 g.</p>	<p>Mongetes verdes amb patates</p> <p>Limanda empanada amb amanida</p> <p>Làctic</p> <p>Kcal. 562 Prot. 23g Lip. 22g HC 68g</p>	<p><b>FESTA</b></p> <p><b>FESTA</b></p> <p>La pasta, les llenties, els cigrons i les mongetes blanques utilitzades per elaborar els menús d'aquest col·legi són d'origen ecològic.</p>	
<p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Llibret de gall dindi amb xips</p> <p>Pinya en el seu suc</p> <p>Kcal. 768 Prot. 56g Lip. 17g HC 96g</p>	<p>Fideuà amb calamars i musclos</p> <p>Filet de lluç al forn amb picada d'all i julivert amb amanida</p> <p>Làctic</p> <p>Kcal: 754 Prot: 33 g. Lip: 26 g. H.C: 97 g.</p>	<p>Crema de carbassó amb rostes</p> <p>Mandonguilles amb salsa de tomàquet i xampinyons</p> <p>Fruita del temps</p> <p>Kcal. 562 Prot. 23g Lip. 22g HC 68g</p>	<p>Mongetes blanques cuinades amb verdures</p> <p>Pit de pollastre a la planxa amb tomàquet al forn</p> <p>Fruita del temps</p> <p>Kcal: 676 Prot: 25 g. Lip: 24 g. H.C: 90 g.</p>	<p>Sopa d'au i verdures</p> <p>Caella al forn amb patates</p> <p>Fruita del temps</p> <p>Kcal: 688 Prot: 29 g. Lip: 28 g. H.C: 80 g.</p>
<p>Macarrons a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet) i formatge ratllat</p> <p>Filet de lluç al forn amb verdures</p> <p>Fruita del temps</p> <p>Kcal: 733 Prot: 20 g. Lip: 29 g. H.C: 98 g.</p>	<p>Coliflor amb patates</p> <p>Escalopa de vedella amb amanida</p> <p>Fruita del temps</p> <p>Kcal: 726 Prot: 24 g. Lip: 26 g. H.C: 99 g.</p>	<p>Cigrons cuinats amb verdures</p> <p>Daus de tonyina al forn amb salsa de tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p> <p>Kcal: 664 Prot: 24 g. Lip: 20 g. H.C: 97 g.</p>	<p>Arròs amb gall dindi i xampinyons</p> <p>Trita francesa amb amanida</p> <p>Fruita del temps</p> <p>Kcal: 638 Prot: 26 g. Lip: 22 g. H.C: 84 g.</p>	<p><b>Menú de Nadal</b></p> <p>Sopa de Nadal (brou de pollastre i vedella, minimandonguilles i galets)</p> <p>Cuixa de pollastre rostida amb panses i pinyons</p> <p>Refresc i torrons</p> <p>Kcal: 669 Prot: 28 g. Lip: 25 g. H.C: 83 g.</p>



Bon Nadal i Feliç 2019



Alimentant el Present, Alimentant el Futur

Desembre 2018

Escola José Echegaray

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  
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 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.