

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOUS	5	DIVENDRES	6
Crema de verdures de temporada		Sopa d'au i verdures amb fideus		Arros tres delícies		Saltejat de patata amb bolets i porro		<b>FESTIU</b>	
Cuixes de pollastre al forn amb llimona i amanida verda		Peix blanc amb salsa verda amb verdures		Truita de formatge amb tomàquet amanit		Llom amb carbassó a la planxa			
Fruita de temporada/ logurt		Fruita de temporada/ logurt		Fruita de temporada		Fruita de temporada/ logurt			
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOUS	12	DIVENDRES	13
Sopa de peix amb arròs		Pèsols ofegats		Minestra de verdures amb oli d'oliva		Cous-cous amb verdures		Crema de pastanaga i carbassa	
Truita francesa amb tomàquet amanit		Vedella a la planxa amb all i julivert i daus de carbassó i pastanaga		Peix blanc al forn amb hummus i crudités de verdures		Gall d'indi al forn amb samfaina		Peix blau a l'allet amb amanida verda	
Fruita de temporada/ logurt		Fruita de temporada		Fruita de temporada/ logurt		Fruita de temporada/ logurt		Fruita de temporada/ logurt	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOUS	19	DIVENDRES	20
Arròs amb tomàquet casolà		Sopa d'au i verdures amb pasta fina		Graten de patata, pastanaga, coliflor i ceba		Crema de llegums i verdura de temporada		Espàrrecs amb picada de tomàquet i guacamole casolà	
Croquetes de pollastre amb amanida		Truita d'espínacs amb amanida caprese		Peix blau a la planxa amb saltejat de xampinyons		Gall d'indi a la planxa amb wok de verdures		Peix blanc a la provençal amb amanida	
Fruita de temporada/ logurt		Fruita de temporada/ logurt		Fruita de temporada/ logurt		Fruita de temporada/ logurt		Fruita de temporada	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOUS	26	DIVENDRES	27
Sopa minestrone		Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva						PLAT ÚNIC	
Ous farcits de tomàquet i tonyina amb amanida verda		Peix blanc al forn amb juliana de verdures						Wok de verdures de temporada, arròs i tires de vedella amb toc suau de salsa de soja	
Fruita de temporada		Fruita de temporada/ logurt						Fruita de temporada/ logurt	
DILLUNS	30	DIMARTS	31	<b>Bon Nadal i Feliç 2020</b>					
Arròs amb bolets		Cigrons saltejats amb tomàquet i panses							
Truita de formatge amb tomàquet amanit		Peix blau al forn amb llet de porro, pastanaga i patata							
Fruita de temporada/ logurt		Fruita de temporada/ logurt							

ALIMENTANT EL FUTUR

## Proposta de sopar

desembre 2019  
menú escolar

Amb 12 grans de raïm acomiadem l'any i la temporada del raïm. Sabies que la major part dels seus beneficis es troben a la pell?

**Agora**  
Col·lectivitats



Ctra. Santa Creu de Calafell, núm. 35, bxs.  
08850 - Gavà - Barcelona  
Tel. 93.638.87.03  
info@agoracatering.es / www.agoracatering.es

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.

**CESNUT**  
NUTRICIÓN  
Consultoria Nutricional