



ESCOLA
JOSÉ ECHEGARAY
MARTORELL

Setembre 2020

BASAL

ALIMENTANT EL PRESENT

	DIMARTS	1	DIMECRES	2	DIJOUS	3	DIVENDRES	4	
DILLUNS	7	DIMARTS	8	DIMECRES	9	DIJOUS	10	DIVENDRES	11
DILLUNS	14	DIMARTS	15	DIMECRES	16	DIJOUS	17	DIVENDRES	18
Arròs amb salsa de tomàquet	Amanida de pasta (pasta, pernil dolç, blat de moro, tomàquet i olives verdes)	Llenties estofades amb verdures (ceba, tomàquet, patata, carbassó, porro, pastanaga i pebrot)	Pèsols saltats amb ceba i pernil	Crema de patata i pastanaga amb rostes de pa					
Seitons arrebossats amb patates xips	Truita francesa amb tomàquet al forn	Lluç amb salsa de pebrots amb enciam, pastanaga i olives verdes	Cuixa de pollastre rostida a les fines herbes amb enciam, blat de moro i olives verdes	Daus de gall dindi adobats al forn amb enciam, pastanaga i olives verdes					
Pinya en el seu suc	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic	Fruita de temporada					
Kcal: 859,4 Prot (gr) 13,3 Lip (gr) 205,1 H.C. (gr) 113,1	Kcal: 775,5 Prot (gr) 31,5 Lip (gr) 61,5 H.C. (gr) 101,1	Kcal: 812,2 Prot (gr) 45,2 Lip (gr) 71,3 H.C. (gr) 98,5	Kcal: 896,8 Prot (gr) 66,9 Lip (gr) 90,2 H.C. (gr) 66,7	Kcal: 714,5 Prot (gr) 40,0 Lip (gr) 70,4 H.C. (gr) 83,8					
DILLUNS	21	DIMARTS	22	DIMECRES	23	DIJOUS	24	DIVENDRES	25
Mongeta verda amb patata i pastanaga i oli d'oliva	Cigrons estofats amb col i pastanaga	Paella marinera (sofregit, sípia, músclos i brou de peix)	Sopa de verdura	Macarrons a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet) amb formatge ratllat					
Lluç al forn amb albergínia al forn	Llonganissa a la planxa amb enciam, tomàquet i blat de moro	Truita de patata amb enciam i pastanaga	Fricandó de vedella amb xampinyons	Filet de limanda enfarinat amb carbassó arrebossat					
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic	Fruita de temporada	Fruita de temporada					
Kcal: 478,8 Prot (gr) 27,7 Lip (gr) 19,1 H.C. (gr) 66,5	Kcal: 765,8 Prot (gr) 36,5 Lip (gr) 73,3 H.C. (gr) 90,7	Kcal: 813,5 Prot (gr) 34,0 Lip (gr) 64,9 H.C. (gr) 107,7	Kcal: 642,7 Prot (gr) 67,7 Lip (gr) 19,1 H.C. (gr) 275,0	Kcal: 949,6 Prot (gr) 37,8 Lip (gr) 186,8 H.C. (gr) 126,4					
DILLUNS	28	DIMARTS	29	DIMECRES	30				
Patata i bròquil amb oli d'oliva	Llenties a la Riojana (patata, ceba, tomàquet, pastanaga, pebrot i xoriç)	Espaguetis a la carbonara (ceba, crema de llet i bacó) amb formatge ratllat	Pit de pollastre arrebossat amb enciam i tomàquet						
Pernil de porc brassejat al forn amb enciam, tomàquet i blat de moro	Salmó al forn amb salsa de porro amb enciam, blat de moro i olives verdes								
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada							
Kcal: 710,5 Prot (gr) 34,5 Lip (gr) 79,5 H.C. (gr) 69,1	Kcal: 902,5 Prot (gr) 53,2 Lip (gr) 86,0 H.C. (gr) 89,8	Kcal: 986,1 Prot (gr) 103,4 Lip (gr) 85,8 H.C. (gr) 102,1							

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 setembre serà: síndria, nectarina, meló, poma, pera i plàtan.



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.

Agora
Collectivitats

Ha superado la auditoria que estimulo sus procesos
ISO 9001 CALIDAD
ENAC

Ha superado la auditoria que estimulo sus procesos
ISO 14001 MEDIO AMBIENTE
ENAC

Ha superado la auditoria que estimulo sus procesos
ISO 22000 SEGURIDAD ALIMENTARIA
ENAC

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



Setembre 2020

HALAL

ALIMENTANT EL PRESENT

	DIMARTS	1	DIMECRES	2	DIJOUS	3	DIVENDRES	4	
DILLUNS	7	DIMARTS	8	DIMECRES	9	DIJOUS	10	DIVENDRES	11
DILLUNS	14	DIMARTS	15	DIMECRES	16	DIJOUS	17	DIVENDRES	18
Arròs amb salsa de tomàquet	Amanida de pasta (pasta, blat de moro, tomàquet i olives verdes, sense pernil dolç)	Llenties estofades amb verdures (ceba, tomàquet, patata, carbassó, porro, pastanaga i pebrot)	Pèsols saltats amb ceba	Crema de patata i pastanaga amb rostes de pa					
Seitons arrebossats amb patates xips	Truita francesa amb tomàquet al forn	Lluç amb salsa de pebrots amb enciam, pastanaga i olives verdes	Cuixa de pollastre rostida a les fines herbes amb enciam, blat de moro i olives verdes	Daus de gall dindi adobats al forn amb enciam, pastanaga i olives verdes					
Pinya en el seu suc	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic	Fruita de temporada					
Kcal: 859,4 Prot (gr) 13,3 Lip (gr) 205,1 H.C. (gr) 113,1	Kcal: 726,5 Prot (gr) 29,1 Lip (gr) 60,1 H.C. (gr) 94,8	Kcal: 812,2 Prot (gr) 45,2 Lip (gr) 71,3 H.C. (gr) 98,5	Kcal: 875,3 Prot (gr) 64,7 Lip (gr) 89,5 H.C. (gr) 65,0	Kcal: 714,5 Prot (gr) 40,0 Lip (gr) 70,4 H.C. (gr) 83,8					
DILLUNS	21	DIMARTS	22	DIMECRES	23	DIJOUS	24	DIVENDRES	25
Mongeta verda amb patata i pastanaga i oli d'oliva	Cigrons estofats amb col i pastanaga	Paella marinera (sofregit, sípia, músclos i brou de peix)	Sopa de verdura	Macarrons a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet) amb formatge ratllat					
Lluç al forn amb albergínia al forn	Llonganissa a la planxa amb enciam, tomàquet i blat de moro	Truita de patata amb enciam i pastanaga	Fricandó de vedella amb xampinyons	Filet de limanda enfarinat amb carbassó arrebossat					
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic	Fruita de temporada	Fruita de temporada					
Kcal: 478,8 Prot (gr) 27,7 Lip (gr) 19,1 H.C. (gr) 66,5	Kcal: 765,8 Prot (gr) 36,5 Lip (gr) 73,3 H.C. (gr) 90,7	Kcal: 813,5 Prot (gr) 34,0 Lip (gr) 64,9 H.C. (gr) 107,7	Kcal: 642,7 Prot (gr) 67,7 Lip (gr) 19,1 H.C. (gr) 275,0	Kcal: 949,6 Prot (gr) 37,8 Lip (gr) 186,8 H.C. (gr) 126,4					
DILLUNS	28	DIMARTS	29	DIMECRES	30				
Patata i bròquil amb oli d'oliva	Llenties cuinades amb verdures	Espaguetis amb bolets (sofregit de ceba, nata i bolets) amb formatge ratllat							
Pernil de porc brassejat al forn amb enciam, tomàquet i blat de moro	Salmó al forn amb salsa de porro amb enciam, blat de moro i olives verdes	Pit de pollastre arrebossat amb enciam i tomàquet							
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada							
Kcal: 710,5 Prot (gr) 34,5 Lip (gr) 79,5 H.C. (gr) 69,1	Kcal: 837,2 Prot (gr) 52,4 Lip (gr) 77,8 H.C. (gr) 92,2	Kcal: 807,4 Prot (gr) 41,0 Lip (gr) 66,6 H.C. (gr) 103,6							

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 setembre serà: síndria, nectarina, meló, poma, pera i plàtan.



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.



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