

		DIMARTS	1	DIMECRES	2	DIJOUS	3	DIVENDRES	4	
		PASTA		VERDURA/PATATA		ARRÒS		LLEGUM		
		PEIX BLANC/BLAU AMB GUARNICIÓ*		CARB BLANCA AMB GUARNICIÓ*		OU AMB GUARNICIÓ*		CRQUETES D'ESPINACS/CEPS AMB GUARNICIÓ*		
		Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada/logurt		
	DILLUNS	7	DIMARTS	8	DIMECRES	9	DIJOUS	10	DIVENDRES	11
	VERDURA		ARRÒS		LLEGUM		PATATA/VERDURA		PASTA	
	CARN VERMELLA AMB GUARNICIÓ*		PEIX BLANC/BLAU AMB GUARNICIÓ*		CARN BLANCA AMB GUARNICIÓ*		PEIX BLANC/BLAU AMB GUARNICIÓ*		OU AMB GUARNICIÓ*	
	Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada/logurt	
	DILLUNS	14	DIMARTS	15	DIMECRES	16	DIJOUS	17	DIVENDRES	18
	ARRÒS		LLEGUMS		PASTA		VERDURA		CREMA DE PATATA	
	PEIX BLANC/BLAU AMB GUARNICIÓ*		OU AMB GUARNICIÓ*		CARN VERMELLA AMB GUARNICIÓ*		PEIX BLANC/BLAU AMB GUARNICIÓ*		CARN BLANCA AMB GUARNICIÓ*	
	Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada/logurt	
	DILLUNS	21	DIMARTS	22						
	VERDURA		ARRÒS							
	OU AMB GUARNICIÓ*		PEIX BLANC/BLAU AMB GUARNICIÓ*							
	Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada							

ALIMENTANT EL FUTUR

Proposta de sopar

JUNY 2021

Sabies que les **pomes** ja existien a la Prehistòria? És una de les fruites més utilitzades, donat que les podem trobar pràcticament tot l'any. Existeixen més de mil varietats de pomes, un ventall tan gran com les possibilitats que ofereix aquesta fruita a la cuina. Entre d'altres nutrients, són riques en flavonoides un component antioxidant.

Agora

Collectivitats



www.agoracatering.es // info@agoracatering.es
 Crta. Santa Creu de Calafell, 35 Baixos
 Gavà, Barcelona

GUARNICIONS: enciam, tomàquet amanit, patata al forn, puré de patata, arròs saltejat, pastanaga baby, escalivada, pebrot al forn, carbassó a la planxa, espàrrecs blancs, espàrrecs verds, samfaina, tomàquet al forn, xampinyons.

CARN VERMELLA: vedella, porc, xai, embotits... / **CARN BLANCA:** gall d'indi, pollastre, conill

PEIX BLANC: rap, lluç, llenguado, bruixa, bacallà, tilàpia... / **PEIX BLAU:** salmó, tonyina, sardina, seitons

ALIMENTANT EL FUTUR