

	1	2	3	4					
	Wok d'arròs amb verdures	Vichyssoise	Pasta amb salsa de formatge suau	Pèsols ofegats					
	Peix blanc al forn amb tomàquet amanit	Mandonguilles de cigrons amb tomàquet i amanida verda	Truita de verdures amb amanida variada	Peix blau al forn amb amanida verda					
	Fruita de temporada/logurt	Fruita de temporada/logurt	Fruita de temporada	Fruita de temporada/logurt					
	Kcal: 784,8 Prot (gr) 56,1 Lip (gr) 104,1 H.C. (gr) 58,2	Kcal: 740,9 Prot (gr) 31,8 Lip (gr) 65,9 H.C. (gr) 101,6	Kcal: 887,1 Prot (gr) 32,8 Lip (gr) 28,2 H.C. (gr) 124,9	Kcal: 696,5 Prot (gr) 32,9 Lip (gr) 65,1 H.C. (gr) 96,2					
<b>DILLUNS</b>	<b>7</b>	<b>DIMARTS</b>	<b>8</b>	<b>DIMECRES</b>	<b>9</b>	<b>DIJOUS</b>	<b>10</b>	<b>DIVENDRES</b>	<b>11</b>
	Arròs amb xampinyons	Crema de Llegums amb verdures	PLAT ÚNIC COMPLET	Wok de verdures	Amanida grega				
	Carn vermella amb salsa	Peix blanc al forn amb llit de porro i carbassó	Pastís de patata amb carn picada d'au i verdures amb guarnició d'amanida	Peix blau en salsa verda amb verdures	Pollastre al vapor amb amanida				
	Fruita de temporada/logurt	Fruita de temporada/logurt	Fruita de temporada	Fruita de temporada/logurt	Fruita de temporada/logurt				
	Kcal: 799,0 Prot (gr) 29,2 Lip (gr) 77,1 H.C. (gr) 107,2	Kcal: 919,6 Prot (gr) 45,7 Lip (gr) 72,3 H.C. (gr) 109,0	Kcal: 629,9 Prot (gr) 42,0 Lip (gr) 12,0 H.C. (gr) 74,6	Kcal: 704,7 Prot (gr) 32,0 Lip (gr) 20,5 H.C. (gr) 103,6	Kcal: 798,2 Prot (gr) 61,7 Lip (gr) 74,6 H.C. (gr) 73,0				
<b>DILLUNS</b>	<b>14</b>	<b>DIMARTS</b>	<b>15</b>	<b>DIMECRES</b>	<b>16</b>	<b>DIJOUS</b>	<b>17</b>	<b>DIVENDRES</b>	<b>18</b>
	Arròs tres delícies	Mlnestra de verdures	Pasta amb oli i orenga	Crema de verdures	Pèsols saltejats amb pernil				
	Remenat d'ou i gambetes	Peix blau amb all i julivert i guarnició d'albergínia	Carn blanca a la provençal amb pastanaga baby	Carn blanca a la planxa amb amanida	Peix blanc a la papillote amb patata				
	Fruita de temporada/logurt	Fruita de temporada/logurt	Fruita de temporada/logurt	Fruita de temporada/logurt	Fruita de temporada/logurt				
	Kcal: 646,6 Prot (gr) 32,7 Lip (gr) 68,9 H.C. (gr) 78,7	Kcal: 988,4 Prot (gr) 120,8 Lip (gr) 103,0 H.C. (gr) 82,0	Kcal: 742,9 Prot (gr) 22,0 Lip (gr) 31,6 H.C. (gr) 92,6	Kcal: 797,7 Prot (gr) 36,8 Lip (gr) 69,4 H.C. (gr) 101,8	Kcal: 691,6 Prot (gr) 13,9 Lip (gr) 172,6 H.C. (gr) 120,1				
<b>DILLUNS</b>	<b>21</b>	<b>DIMARTS</b>	<b>22</b>	<b>DIMECRES</b>	<b>23</b>	<b>DIJOUS</b>	<b>24</b>	<b>DIVENDRES</b>	<b>25</b>
	Arròs caldós	Wok de llegums amb verdures	Làmines de patata al forn amb quatre formatges	Pasta al pesto	Coliflor amb patata				
	Carn vermella a la planxa amb tomàquet amanit	Peix blanc en salsa de porros i pastanaga	Peix blau al forn amb amanida verda	Carn blanca al forn amb patates fregides casolanes	Ous farcits d'enciam i tonyina				
	Fruita de temporada/logurt	Fruita de temporada/logurt	Fruita de temporada/logurt	Fruita de temporada/logurt	Fruita de temporada				
	Kcal: 673,4 Prot (gr) 35,1 Lip (gr) 61,1 H.C. (gr) 78,7	Kcal: 818,1 Prot (gr) 21,7 Lip (gr) 71,7 H.C. (gr) 117,4	Kcal: 506,0 Prot (gr) 33,3 Lip (gr) 8,3 H.C. (gr) 68,2	Kcal: 592,6 Prot (gr) 27,3 Lip (gr) 56,0 H.C. (gr) 75,0	Kcal: 893,1 Prot (gr) 44,3 Lip (gr) 82,8 H.C. (gr) 103,0				
<b>FESTIU</b>	<b>28</b>								

Febrer 2022

Proposta de sopars

Elspàrrecs són una important font de vitamines i minerals. No obstant això, els espàrrecs blancs contenen una menor aportació de vitamines i minerals que els verds, a causa del tractament al qual són sotmesos per a la seva preparació en conserves. Ofereixen infinitat de possibilitats: remenats amb ou, a la planxa, en cremes...

**Agora**  
Collectivitats

Ha superado la auditoría que estimula resultados  
**ISO 9001 CALIDAD**  
 Ha superado la auditoría que estimula resultados  
**ISO 14001 MEDIO AMBIENTE**  
 Ha superado la auditoría que estimula resultados  
**ISO 22000 SEGURIDAD ALIMENTARIA**

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