

	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3	
	Fideuà amb musclos i calamars	Arròs amb salsa de tomàquet	Trinxat de la Cerdanya (patata, all, bacon, col i oli d'oliva)	
	Pit de pollastre a la planxa amb amanida	Combinat de peix amb amanida	Mandonguilles de porc amb salsa de tomàquet amb amanida	
	Fruita de temporada	Làctic	Fruita de temporada	
	Kcal: 690,8 Prot (gr) 49,2 Lip (gr) 30,6 H.C. (gr) 94,2	Kcal: 743,7 Prot (gr) 18,7 Lip (gr) 46,0 H.C. (gr) 100,3	Kcal: 867,5 Prot (gr) 26,8 Lip (gr) 56,9 H.C. (gr) 99,4	
DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
FESTA	Macarrons integrals a la napolitana	Bròquil i patata amb oli d'oliva	Arròs amb verdures	Amanida de patata, hortalisses, ou i olives
	Bunyols de bacallà amb carbassó arrebossat	Fricandó de vedella amb xampinyons	Truita francesa amb amanida	Lluç al forn amb amanida
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic	Fruita de temporada
Kcal: 916,5 Prot (gr) 18,5 Lip (gr) 197,8 H.C. (gr) 112,7	Kcal: 629,5 Prot (gr) 35,1 Lip (gr) 18,5 H.C. (gr) 78,9	Kcal: 620,5 Prot (gr) 22,3 Lip (gr) 33,1 H.C. (gr) 96,0	Kcal: 573,1 Prot (gr) 33,9 Lip (gr) 29,3 H.C. (gr) 82,2	
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
Crema de porro, carbassó i pastanaga	Espaguetis a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet) amb formatge ratllat	Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva	Arròs a la cassola	Amanida de cigrons ecològics i hortalisses
Hamburguesa de vedella a la planxa amb amanida	Rap al forn amb verdures	Llom a la planxa amb carbassó a la planxa	Truita de patata amb amanida	Seitons arrebossats amb amanida
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic	Fruita de temporada
Kcal: 409,1 Prot (gr) 9,9 Lip (gr) 27,9 H.C. (gr) 66,2	Kcal: 745,2 Prot (gr) 53,1 Lip (gr) 11,6 H.C. (gr) 104,1	Kcal: 625,9 Prot (gr) 30,7 Lip (gr) 61,1 H.C. (gr) 81,0	Kcal: 768,6 Prot (gr) 32,2 Lip (gr) 45,0 H.C. (gr) 97,9	Kcal: 816,3 Prot (gr) 28,7 Lip (gr) 109,7 H.C. (gr) 86,6
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
Amanida d'arròs york tonyina blat de moro i olives	Bròquil i patata amb oli d'oliva	Macarrons bolonyesa (sofregit de ceba, tomàquet i carn picada) amb formatge ratllat		
Varetes de lluç amb amanida amb amanida	Pit de pollastre a la planxa amb amanida	Llom empanat amb patates fregides		
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic		
Kcal: 981,2 Prot (gr) 25,1 Lip (gr) 82,2 H.C. (gr) 135,3	Kcal: 546,6 Prot (gr) 36,8 Lip (gr) 32,3 H.C. (gr) 69,2	Kcal: 1397,5 Prot (gr) 47,6 Lip (gr) 436,6 H.C. (gr) 139,5		
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES
BONES VACANCES				



June 2022

BASAL

Sabies que... La col és una de les espècies més antigues cultivades i consumides a Europa? Té un valor energètic baix i una gran quantitat de fibra, vitamines i minerals. És recomanable per a totes les edats i se n'aprofita tot! Els troncs i les fulles externes es poden fer servir per fer brous o cremes.



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

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 del mes serà: pera, meló, poma, mandarina, taronja i plàtan. La fruita és de proximitat
L'oli per amanir és oli d'oliva