

|  |                                   |   |                                   | DI JOUS 1                                   |                                  | DIVENDRES 2                                    |                                   |  |                                   |
|--|-----------------------------------|---|-----------------------------------|---|----------------------------------|--|-----------------------------------|--|-----------------------------------|
|  |                                   |   |                                   |   |                                  |  |                                   |  |                                   |
|  |                                   |   |                                   |   |                                  |  |                                   |  |                                   |
|  |                                   |   |                                   |   |                                  |  |                                   |  |                                   |
|  |                                   |   |                                   |   |                                  |  |                                   |  |                                   |
| DILLUNS 5                                |                                   | DIMARTS 6   |                                   | DIMECRES 7                                  |                                  | DI JOUS 8                                      |                                   | DIVENDRES 9  |                                   |
| Arròs amb salsa de tomàquet              |                                   | Llenties a la Riojana (patata, ceba, tomàquet, pastanaga, pebrot i xoriç) |                                   | Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva   |                                  | Crema de carbassó                              |                                   | Macarrons a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet) amb formatge ratllat |                                   |
| Croquetes de bacallà amb patates xips    |                                   | Truita francesa amb amanida   |                                   | Pit de pollastre a la planxa amb amanida    |                                  | Fricandó de vedella a la jardinera             |                                   | Luç al forn amb amanida  |                                   |
| Pinya en el seu suc                      |                                   | Fruita de temporada   |                                   | Fruita de temporada                         |                                  | Fruita de temporada                            |                                   | Làctic   |                                   |
| Kcal: 968,5<br>Lip (gr) 205,2            | Prot (gr) 17,1<br>H.C. (gr) 135,5 | Kcal: 673,2<br>Lip (gr) 36,1  | Prot (gr) 35,3<br>H.C. (gr) 89,1  | Kcal: 608,8<br>Lip (gr) 36,3                | Prot (gr) 33,7<br>H.C. (gr) 77,4 | Kcal: 588,4<br>Lip (gr) 22,5                   | Prot (gr) 28,7<br>H.C. (gr) 63,7  | Kcal: 761,4<br>Lip (gr) 37,9   | Prot (gr) 40,9<br>H.C. (gr) 100,9 |
| DILLUNS 12                               |                                   | DIMARTS 13  |                                   | DIMECRES 14                                 |                                  | DI JOUS 15                                     |                                   | DIVENDRES 16   |                                   |
| Bròquil i patata amb oli d'oliva         |                                   | Fideuà amb musclos i calamars   |                                   | Cigrons ecològics cuinats amb verdures      |                                  | Crema de carbassa                              |                                   | Sopa d'au  |                                   |
| Pit de pollastre a la planxa amb amanida |                                   | Salmó al forn amb salsa de porro amb amanida                              |                                   | Truita de patata amb carbassó a la planxa   |                                  | Daus de gall dindi adobats al forn amb amanida |                                   | Seitons arrebossats amb amanida  |                                   |
| Fruita de temporada                      |                                   | Fruita de temporada   |                                   | Fruita de temporada                         |                                  | Làctic   |                                   | Fruita de temporada  |                                   |
| Kcal: 546,6<br>Lip (gr) 32,3             | Prot (gr) 36,8<br>H.C. (gr) 69,2  | Kcal: 865,6<br>Lip (gr) 43,9  | Prot (gr) 55,9<br>H.C. (gr) 96,0  | Kcal: 462,3<br>Lip (gr) 57,9                | Prot (gr) 19,6<br>H.C. (gr) 58,8 | Kcal: 654,5<br>Lip (gr) 39,6                   | Prot (gr) 44,9<br>H.C. (gr) 66,9  | Kcal: 633,3<br>Lip (gr) 52,6   | Prot (gr) 70,7<br>H.C. (gr) 81,6  |
| DILLUNS 19                               |                                   | DIMARTS 20  |                                   | DIMECRES 21                                 |                                  | DI JOUS 22                                     |                                   | DIVENDRES 23   |                                   |
| Espaguetis integrals a la carbonara      |                                   | Arròs amb verdures  |                                   | Bledes amb patata, pastanaga i oli d'oliva  |                                  | Sopa d'au                                      |                                   | Crema de carbassó  |                                   |
| Truita francesa amb amanida              |                                   | Fogoner al forn amb salsa de porro amb amanida                            |                                   | Nuggets de pollastre amb amanida            |                                  | Llom a la planxa amb patata al forn            |                                   | Mandonguilles de lluç amb ceba i salsa tomàquet                              |                                   |
| Fruita de temporada                      |                                   | Fruita de temporada   |                                   | Fruita de temporada                         |                                  | Làctic   |                                   | Fruita de temporada  |                                   |
| Kcal: 643,0<br>Lip (gr) 53,8             | Prot (gr) 25,4<br>H.C. (gr) 51,7  | Kcal: 736,4<br>Lip (gr) 37,3  | Prot (gr) 34,9<br>H.C. (gr) 103,2 | Kcal: 648,6<br>Lip (gr) 40,3                | Prot (gr) 21,3<br>H.C. (gr) 88,0 | Kcal: 649,6<br>Lip (gr) 107,9                  | Prot (gr) 90,7<br>H.C. (gr) 97,3  | Kcal: 628,4<br>Lip (gr) 23,8   | Prot (gr) 122,2<br>H.C. (gr) 78,6 |
| DILLUNS 26                               |                                   | DIMARTS 27  |                                   | DIMECRES 28                                 |                                  | DI JOUS 29                                     |                                   | DIVENDRES 30   |                                   |
| Crema de porro, carbassó i pastanaga     |                                   | Fideuà amb bolets   |                                   | Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva   |                                  | Arròs amb salsa de tomàquet                    |                                   | Mongetes blanques ecològiques cuinades                                       |                                   |
| Estofat de pollastre amb carxofes        |                                   | Abadejo enfarinat amb amanida   |                                   | Llom a la planxa amb albergínia a la planxa |                                  | Platija al forn amb verdures                   |                                   | Truita de patata amb amanida   |                                   |
| Fruita de temporada                      |                                   | Fruita de temporada   |                                   | Fruita de temporada                         |                                  | Fruita de temporada                            |                                   | Làctic   |                                   |
| Kcal: 630,7<br>Lip (gr) 23,0             | Prot (gr) 39,5<br>H.C. (gr) 69,7  | Kcal: 694,3<br>Lip (gr) 32,5  | Prot (gr) 30,8<br>H.C. (gr) 101,8 | Kcal: 611,9<br>Lip (gr) 47,1                | Prot (gr) 30,1<br>H.C. (gr) 78,8 | Kcal: 898,9<br>Lip (gr) 23,2                   | Prot (gr) 29,2<br>H.C. (gr) 140,6 | Kcal: 537,3<br>Lip (gr) 45,7   | Prot (gr) 20,4<br>H.C. (gr) 48,2  |

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, síndria, nectarina i plàtan. La fruita és de proximitat

L'oli per amanir és oli d'oliva

**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

ENAC

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