

				1	2
				Arròs tres delícies	Amanida capresse
				Hamburguesa de porc i vedella a la planxa amb enciam, tomàquet i blat de moro	Crepes casolanes de tonyina, enciam i tomàquet
				Fruita de temporada/logurt	Fruita de temporada/logurt
				Kcal: 589,9 Prot (gr) 23,8 Lip (gr) 61,3 H.C. (gr) 90,1	Kcal: 719,8 Prot (gr) 36,0 Lip (gr) 18,2 H.C. (gr) 102,3
DILLUNS	5	FESTIU	6	FESTIU	8
Cous-cous amb verdures			Cabrassó, pastanaga i patata al vapor amb oli d'oliva		
Salmó a les fines herbes amb llit de pastanaga			Pit de gall dindi a la planxa amb amanida		
Fruita de temporada/logurt			Fruita de temporada/logurt		
DILLUNS	12	DIMARTS	13	DIJOUS	15
Pèsols ofegats		Sopa d'au amb galets	Arròs amb tomàquet i orenga	PLAT ÚNIC COMPLET	Amanida verda
Truita de tonyina amb amanida		Vedella a la planxa amb tomàquet amanit	Ous farcits amb amanida	Pastís de patata amb carn picada d'au i verdures amb guarnició d'amanida	Lluç al forn amb llit de verdures
Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada/logurt	Fruita de temporada/logurt	Fruita de temporada/logurt	Fruita de temporada/logurt
Kcal: 795,5 Prot (gr) 41,3 Lip (gr) 68,7 H.C. (gr) 100,9	Kcal: 635,6 Prot (gr) 33,8 Lip (gr) 54,6 H.C. (gr) 80,6	Kcal: 468,8 Prot (gr) 33,4 Lip (gr) 11,6 H.C. (gr) 64,5	Kcal: 780,0 Prot (gr) 57,0 Lip (gr) 77,1 H.C. (gr) 74,1	Kcal: 728,5 Prot (gr) 24,5 Lip (gr) 71,2 H.C. (gr) 96,3	
DILLUNS	19	DIMARTS	20	DIJOUS	22
Coliflor, pastanaga i patata al vapor amb oli d'oliva		Minestra de verdures	Crema de carbassa gratinada		
Salmó a l'allet amb tomàquet amanit		Peix blanc a la papillote amb patata	Broquetes de porc amb verdures i amanida verda		
Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada/logurt	Fruita de temporada/logurt		
Kcal: 577,3 Prot (gr) 27,6 Lip (gr) 62,6 H.C. (gr) 69,9	Kcal: 950,2 Prot (gr) 70,3 Lip (gr) 36,2 H.C. (gr) 85,2	Kcal: 907,3 Prot (gr) 28,6 Lip (gr) 81,6 H.C. (gr) 119,0			
	26		27		29
					DIVENDRES
					30

Desembre 2022

Proposta de sopars

La vitamina C és la gran aliada per combatre els refredats, però sabies que a part dels cítrics, també hi ha verdures molt riques en aquesta vitamina com el bròquil i la coliflor?

Agora
Collectivitats

Ha superado la auditoria que certifica resultados
ISO 9001 CALIDAD
 Ha superado la auditoria que certifica resultados
ISO 14001 MEDIO AMBIENTE
 Ha superado la auditoria que certifica 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