

			1	2	3
			Arròs saltat amb xampinyons	Quinoa saltejada amb verdures	Crema de llegums amb verdures de temporada
			Salmó al forn amb llit de verdures	Broquetes de porc amb verdures i amanida verda	Seitons a la planxa amb amanida
			Fruita de temporada/logurt	Fruita de temporada	Fruita de temporada/logurt
<b>DILLUNS</b>	<b>6</b>	<b>DIMARTS</b>	<b>7</b>	<b>DIJOURS</b>	<b>9</b>
Arròs tres delícies (blat de moro, pastanaga i pèsols)		Mongetes verdes saltades		Graten de patata, pastanaga, carbassa i ceba	
Ous farcits de tonyina i tomàquet amb amanida verda		Palometes adobades amb tomàquet amanit		Pollastre a la napolitana	
Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada/logurt	
<b>DILLUNS</b>	<b>13</b>	<b>DIMARTS</b>	<b>14</b>	<b>DIJOURS</b>	<b>16</b>
Arròs caldós de pastanaga		Sopa de peix amb pasta		Crema de carbassa	
Llom a la planxa amb amanida verda		Verat a la Viscaïna		Lluç a l'allet amb cherrys amanits	
Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada		Fruita de temporada/logurt	
<b>DILLUNS</b>	<b>20</b>	<b>DIMARTS</b>	<b>21</b>	<b>DIJOURS</b>	<b>23</b>
Coliflor, pastanaga i patata al vapor amb oli d'oliva		Arròs amb tomàquet		Bròquil amb patata al vapor	
Daus de pollastre adobats al forn amb llit de d'albergínia		Gall dindi a la planxa amb llavors de sèssam i tomàquet amanit		Lluç a la provençal amb amanida caprese	
Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada/logurt	
	<b>27</b>		<b>28</b>		<b>30</b>
Fideus japonesos amb salsa de soja		Arròs saltat amb verdures de temporada		Vichyssoise	
Empanadilles de verdures al vapor		Pastís de verdures amb amanida verda		Truita de carxofa amb amanida verda	
Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada	
			<b>29</b>		<b>31</b>
			Pèsols ofegats		Quinoa saltejada amb verdures
			Bunyols de bacallà amb amanida		Tomàquets farcits amb ou i tonyina
			Fruita de temporada/logurt		Fruita de temporada

**Març 2023**

Proposta de sopars

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