



# FRESCAT

## reg.sant.26-04727/cat MENU FEBRER 2024



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>kcal: 1598</b> <b>hidrats(gr): 108</b> <b>lipids(gr): 63</b> <b>proteines(gr): 57</b> <b>de l'1 al 4</b>				Amanida d'enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro, cogombre, olives, formatge Mongetes seques saltejades amb espinacs Fruita de temporada	Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Falàfels amb patates lioneses Fruita de temporada
<b>kcal: 3989</b> <b>hidrats(gr): 265,9</b> <b>lipids(gr): 155,7</b> <b>proteines(gr): 134,5</b> <b>del 5 a l'11</b>	Amanida d'enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro, cogombre, olives, formatge Arròs i pèssols a la cassola Fruita de temporada	Crema de carbassó Hamburguesa de lleties amb tomàquet i olives Fruita de temporada	Coliflor i patata Truita a la francesa amb mongetes saltejades Fruita de temporada	Espirals integrals amb verdures Lleties saltejades amb amanida i olives Fruita de temporada	Cigrons de <b>St.Guim</b> <b>(Casa Martí)</b> amb verduretes Hamburguesa de verdures amb enciam i cogombre Fruita de temporada
<b>kcal: 2550</b> <b>hidrats(gr): 169</b> <b>lipids(gr): 99</b> <b>proteines(gr): 84</b> <b>del 12 al 18</b>		Arròs amb tomàquet <b>de proximitat</b> Croquetes de cigrons amb enciam i olives Fruita de temporada	Crema de carbassa <b>de proximitat</b> Hamburguesa de lleties amb verduretes Fruita de temporada	Broquil i patata Mongetes saltejades amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	Brou casolà de verdures amb pasta petita Truita de patates amb mongetes seques saltejades Fruita de temporada
<b>kcal: 3997</b> <b>hidrats(gr): 271</b> <b>lipids(gr): 158</b> <b>proteines(gr): 143</b> <b>del 19 al 25</b>	Arròs amb verdures <b>de proximitat</b> Hamburguesa de lleties amb enciam i pastanaga tallada Fruita de emporada	Amanida amb enciam, tomàquet, blat de moro, olives cogombre, formatge, pastanaga Mongetes estofades amb verdures Fruita de temporada	Macarrons integrals amb tomàquet Truita a la francesa amb cigrons saltejats <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Crema de carbassó <b>de proximitat</b> Cigrons saltejats amb daus de carbassa <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Col i patata saltejada de proximitat Truita de patates amb enciam i olives <b>de proximitat</b> Fruita de temporada
<b>kcal: 2553</b> <b>hidrats(gr): 169</b> <b>lipids(gr): 99</b> <b>proteines(gr): 84</b> <b>del 26 al 29</b>	Mongeta verda i patata Truita de patates amb carbassó <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet Croquetes de cigrons amb cogombre i olives <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Amanida d'enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro, cogombre, olives, formatge Lleties <b>de proximitat</b> amb verduretes Fruita de temporada	Brou casolà de verdures amb pasta petita Cigrons saltejats amb espinacs amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Crema de carbassó <b>de proximitat</b> Truita a la francesa amb mongetes saltejades Fruita de temporada

### MENÚS SUPERVISATS MICROBIOLÒGICAMENT PER LABORATORIS COBAC SA.

Menú adaptat per complir amb les recomanacions de l'Agència de Salut Pública de Catalunya i revisat per la nutricionista Núria Gabriel Puiggròs.

Aquest color indica que la verdura es d'un hort de proximitat.

