



# FRESCAT

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

Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal: 800 hidrats(gr): 54 lipids(gr): 31 proteïnes(gr): 28  <b>de l'1 al 3</b>					Crema de carbassó <b>de proximitat</b> Truita de tonyina amb mongetes saltejades  Fruita de temporada
kcal: 3.987 hidrats(gr): 261 lipids(gr): 150 proteïnes(gr): 133  <b>del 4 al 10</b>	Crema de pastanaga  Ou dur amb samfaina  Fruita de temporada	Bledes i patata  Pollastre <b>del Bages</b> a la cassola amb pèsols  Fruita de temporada	Sopa d'arròs  Hamburguesa de cigrons amb enciam i tomàquet  Fruita de temporada	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 Filet de lluç a la planxa amb patates lioneses  Fruita de temporada
kcal: 3.989 hidrats(gr): 265,9 lipids(gr): 155,7 proteïnes(gr): 134,6  <b>de l'11 al 17</b>	Amanida d'enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro, cogombre, olives, formatge Arròs a la cassola amb pollastre <b>del Bages</b> 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 Cueta de rap al forn 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
kcal: 3.987 hidrats(gr): 260 lipids(gr): 149 proteïnes(gr): 132  <b>del 18 al 24</b>	Lleties <b>de proximitat</b> amb verduretes Hamburguesa de coliflor i formatge amb enciam i blat de moro <b>de proximitat</b> Fruita de temporada	Brou casolà de verdures amb pasta petita Truita de patates amb mongetes seques saltejades  Fruita de temporada	Crema de carbassa <b>de proximitat</b> Filet de lluç al forn amb verduretes  Fruita de temporada	Broquil i patata  Pollastre <b>del Bages</b> rostit amb enciam i tomàquet  Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet <b>de proximitat</b> Mandonguilles de vedella a la jardineria  Fruita de temporada
kcal: hidrats(gr): lipids(gr): proteïnes(gr):  <b>del 25 al 31</b>	<h1>Setmana Santa</h1>				

**MENUS 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.