



ALIMENTANT EL FUTUR

	DIMARTS	1	DIMECRES	2	DIJOUS	3	DIVENDRES	4	
	Patata al vapor oli orenga		Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva		Crema de carbassó (carbassó, porro i patata) (sense formatge ni rostes)		Macarrons bullits		
	Truita de carbassó i patates		Lluç al forn		Perca a la planxa		Llom a la planxa		
	Pa i postres		Pa i postres		Pa i postres		Pa i postres		
	Kcal: 724,5 Prot (gr) 18,3 Lip (gr) 27,9 H.C. (gr) 99,9		Kcal: 592,3 Prot (gr) 31,8 Lip (gr) 17,9 H.C. (gr) 75,6		Kcal: 498,0 Prot (gr) 38,1 Lip (gr) 9,6 H.C. (gr) 62,0		Kcal: 618,1 Prot (gr) 32,6 Lip (gr) 18,1 H.C. (gr) 86,6		
DILLUNS	7	DIMARTS	8	DIMECRES	9	DIJOUS	10	DIVENDRES	11
Espaguetis bullits		Bròquil i patata amb oli d'oliva		Patata al vapor oli orenga		Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva		Arròs amb xampinyons	
Abadejo a la planxa		Lluç al forn		Truita francesa		Fideuà amb sípia (sense sofregit)		Rap a la planxa	
Pa i postres		Pa i postres		Pa i postres		Pa i postres		Pa i postres	
Kcal: 593,2 Prot (gr) 28,2 Lip (gr) 13,4 H.C. (gr) 86,6		Kcal: 530,0 Prot (gr) 34,8 Lip (gr) 13,9 H.C. (gr) 67,4		Kcal: 599,0 Prot (gr) 17,2 Lip (gr) 22,3 H.C. (gr) 81,8		Kcal: 691,2 Prot (gr) 22,8 Lip (gr) 13,4 H.C. (gr) 118,3		Kcal: 709,4 Prot (gr) 41,3 Lip (gr) 14,0 H.C. (gr) 103,3	
DILLUNS	14	DIMARTS	15	DIMECRES	16	DIJOUS	17	DIVENDRES	18
Tallarines bullits		Patata al vapor oli orenga		Bròquil i patata amb oli d'oliva		Arròs blanc amb oli d'oliva i orenga			
Lluç al forn		Pit de pollastre a la planxa		Pit de pollastre a la planxa		Truita d'espínacs		FESTA	
Pa i postres		Pa i postres		Pa i postres		Pa i postres			
Kcal: 719,5 Prot (gr) 35,2 Lip (gr) 18,8 H.C. (gr) 100,9		Kcal: 548,8 Prot (gr) 32,8 Lip (gr) 13,6 H.C. (gr) 79,0		Kcal: 528,8 Prot (gr) 36,4 Lip (gr) 14,6 H.C. (gr) 67,4		Kcal: 879,8 Prot (gr) 16,2 Lip (gr) 16,1 H.C. (gr) 106,0			
DILLUNS	21	DIMARTS	22	DIMECRES	23	DIJOUS	24	DIVENDRES	25
Sopa de verdura		Fideuà amb bolets		Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva		Arròs amb xampinyons		Patata al vapor oli orenga	
Truita de patates i ceba		Llom empanat		Lluç al forn		Pit de pollastre a la planxa		Llom a la planxa	
Pa i postres		Pa i postres		Pa i postres		Pa i postres		Pa i postres	
Kcal: 621,4 Prot (gr) 50,5 Lip (gr) 22,3 H.C. (gr) 97,1		Kcal: 767,8 Prot (gr) 36,0 Lip (gr) 18,1 H.C. (gr) 112,5		Kcal: 592,3 Prot (gr) 31,8 Lip (gr) 17,9 H.C. (gr) 75,6		Kcal: 673,4 Prot (gr) 34,7 Lip (gr) 14,5 H.C. (gr) 103,9		Kcal: 561,8 Prot (gr) 30,8 Lip (gr) 17,5 H.C. (gr) 78,4	
DILLUNS	28	DIMARTS	29	DIMECRES	30	DIJOUS	31		
Patata al vapor oli orenga		Bròquil i patata amb oli d'oliva		Espaguetis bullits		Arròs blanc amb oli d'oliva i orenga			
Lluç al forn		Llom a la planxa		Pit de pollastre a la planxa		Lluç al forn			
Pa i postres		Pa i postres		Pa i postres		Pa i postres			
Kcal: 550,0 Prot (gr) 31,2 Lip (gr) 12,9 H.C. (gr) 79,0		Kcal: 541,8 Prot (gr) 34,4 Lip (gr) 18,4 H.C. (gr) 66,8		Kcal: 605,2 Prot (gr) 34,6 Lip (gr) 14,2 H.C. (gr) 87,2		Kcal: 598,6 Prot (gr) 31,6 Lip (gr) 8,2 H.C. (gr) 99,6			

Març 2022

SENSE
LACTOSA/FRUCTOSA/SORBITO
L

Sabies que les maduixes contenen més quantitat de vitamina C que les taronges? A més, donat que també contenen antocianines i polifenols, constitueixen una de les fruites amb major quantitat d'antioxidants.

Quan estan al seu punt òptim desprenen un perfum inconfusible.

Agora
Collectivitats

ISO 9001
CAUIDAD

ISO 14001
MEDIO AMBIENTE

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

Les amanides de guarnició tindran els següents ingredients: enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro i olives.

Els iogurts seran naturals sense sucre

La fruita del mes serà: taronja, poma, mandarines, pera i plàtan.