



Abril 2022

NO CARN (ESPECIAL)

Per a molts la Pinya és la reina de les fruites tropicals al nostre país. Això és degut al fet que és poc calòrica i conté vitamines com àcid fòlic, vitamina C i vitamina A. Consumida en fresc facilita la digestió gràcies al seu contingut en bromelina que és un enzim proteolític que metabolitza les proteïnes dels aliments.

DILLUNS 4			DIMARTS 5			DIMECRES 6			DIJOUS 7			DIVENDRES 8		
Trinxat de col i patata amb oli d'oliva			Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva			Arròs amb tomàquet			Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva			Crema de cigrons		
Llenties amb arròs			Truita de carbassó amb xampinyons			Rap al forn amb ceba			Lluç arrebossat			Espaguëtis amb bolets (sofregit de ceba, nata i bolets) amb formatge ratllat		
Fruita de temporada			Fruita de temporada			Fruita de temporada			Fruita de temporada			Fruita de temporada		
Kcal:	683,6	Prot (gr) 27,7	Kcal:	790,1	Prot (gr) 22,6	Kcal:	753,7	Prot (gr) 42,0	Kcal:	677,7	Prot (gr) 28,1	Kcal:	605,1	Prot (gr) 18,8
Lip (gr)	9,2	H.C. (gr) 123,2	Lip (gr)	30,1	H.C. (gr) 104,5	Lip (gr)	15,6	H.C. (gr) 109,1	Lip (gr)	24,8	H.C. (gr) 84,4	Lip (gr)	9,8	H.C. (gr) 109,8
DILLUNS 11			DIMARTS 12			DIMECRES 13			DIJOUS 14			DIVENDRES 15		
VACANCES														
DILLUNS 18			DIMARTS 19			DIMECRES 20			DIJOUS 21			DIVENDRES 22		
FESTA			Cigrons cuinats amb verdures			Crema de carbassó (carbassó, porro i patata) (sense formatge ni rostes)			Sopa de pescadors			Macarrons a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet) sense formatge ratllat		
			Croquetes de bacallà			Lluç al forn			Truita de patates i ceba			Coliflor i patates		
			Fruita de temporada			Fruita de temporada			Làctic			Fruita de temporada		
Kcal:			Kcal:	552,8	Prot (gr) 11,3	Kcal:	494,7	Prot (gr) 29,8	Kcal:	666,7	Prot (gr) 64,8	Kcal:	768,3	Prot (gr) 20,3
Lip (gr)			Lip (gr)	22,5	H.C. (gr) 74,2	Lip (gr)	13,0	H.C. (gr) 61,6	Lip (gr)	23,4	H.C. (gr) 98,4	Lip (gr)	19,1	H.C. (gr) 126,9
DILLUNS 25			DIMARTS 26			DIMECRES 27			DIJOUS 28			DIVENDRES 29		
Arròs amb tomàquet			Sopa de peix			Bròquil i patata amb oli d'oliva			Crema de carbassa y boniato			Llenties cuinades amb verdures		
Platija empanada amb patata al forn			Pèsols amb patates			Cigrons ecològics espinacs porro i pastanaga			Truita de patates i ceba			Minestra de verdures		
Fruita de temporada			Fruita de temporada			Fruita de temporada			Fruita de temporada			Fruita de temporada		
Kcal:	755,3	Prot (gr) 28,3	Kcal:	680,2	Prot (gr) 79,4	Kcal:	435,5	Prot (gr) 15,9	Kcal:	559,9	Prot (gr) 14,9	Kcal:	600,4	Prot (gr) 28,1
Lip (gr)	16,1	H.C. (gr) 121,9	Lip (gr)	22,7	H.C. (gr) 113,8	Lip (gr)	9,6	H.C. (gr) 71,6	Lip (gr)	18,2	H.C. (gr) 82,5	Lip (gr)	8,2	H.C. (gr) 102,4

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.

Agora Collectivitats

He superado la auditoria que estimulo resultados
 ISO 9001 CAIDAD
 He superado la auditoria que estimulo resultados
 ISO 14001 MEDIO AMBIENTE
 He superado la auditoria que estimulo 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