

	DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6	
FESTA		Espaguetis a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet, sense formatge ratllat)	Arròs amb tomàquet	Arròs blanc	Sopa de peix	
		Lluç amb salsa verda (ceba, brou de peix, julivert)	Hamburguesa de verdures a la planxa	Truita francesa	Cigrons estofats amb espinacs (porro, pebrot, pastanaga i espinacs)	
		Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres	
		Kcal: 717,7 Prot (gr) 37,5 Lip (gr) 17,1 H.C. (gr) 104,5	Kcal: 708,0 Prot (gr) 16,9 Lip (gr) 26,9 H.C. (gr) 98,2	Kcal: 664,2 Prot (gr) 17,5 Lip (gr) 19,5 H.C. (gr) 101,7	Kcal: 446,1 Prot (gr) 71,8 Lip (gr) 13,5 H.C. (gr) 82,2	
	DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13	
A L I M E N T A N T		Bledes amb patates	Crema de patata, pastanaga i col-i-flor (sense formatge ni crostonets de pa)	Macarrons a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet) sense formatge ratllat	Arros amb carxofa i carbassa	
		Pollastre planxa i carbassó a la planxa	Llom empanat	Coca vegetal de xampinyons	Rap al forn amb ceba	Truita de patates i ceba
		Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres
		Kcal: 528,3 Prot (gr) 42,6 Lip (gr) 7,4 H.C. (gr) 78,2	Kcal: 782,1 Prot (gr) 86,8 Lip (gr) 33,5 H.C. (gr) 92,5	Kcal: 549,2 Prot (gr) 20,8 Lip (gr) 11,2 H.C. (gr) 69,9	Kcal: 808,1 Prot (gr) 45,5 Lip (gr) 19,9 H.C. (gr) 108,3	Kcal: 708,2 Prot (gr) 18,3 Lip (gr) 18,1 H.C. (gr) 115,7
	DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20	
E L P R E S E N T		Arròs tres delícies (pèsols, pastanaga, pernil dolç, blat de moro)	Sopa de verdura	Macarrons amb salsa rústica	Patates cuinades amb verdures	Llenties a la Riojana (patata, ceba, tomàquet, pastanaga, pebrot i xoriç)
		Canelons espinacs	Cigrons cuits amb patates	Truita francesa	Lluç al forn	Nuggets de pollastre amb carbassó arrebossat
		Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres
		Kcal: 970,2 Prot (gr) 23,8 Lip (gr) 21,7 H.C. (gr) 167,1	Kcal: 514,6 Prot (gr) 47,3 Lip (gr) 13,3 H.C. (gr) 96,3	Kcal: 708,6 Prot (gr) 21,3 Lip (gr) 21,8 H.C. (gr) 102,4	Kcal: 609,5 Prot (gr) 31,7 Lip (gr) 18,2 H.C. (gr) 81,1	Kcal: 964,0 Prot (gr) 36,9 Lip (gr) 34,1 H.C. (gr) 126,4
	DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27	
P R E S E N T		Arròs amb xampinyons	Llenties cuinades amb verdures	Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva	Crema de carbassó (carbassó, porro i patata) (sense formatge ni rostos)	Macarrons integrals a la napolitana
		Pit de pollastre a la planxa	Truita de carbassó i patates	Platija al forn amb verdures	Mongetes blanques i verdures	Salsitxes a la planxa
		Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres	Pa i postres
		Kcal: 673,4 Prot (gr) 34,7 Lip (gr) 14,5 H.C. (gr) 103,9	Kcal: 782,8 Prot (gr) 30,6 Lip (gr) 23,5 H.C. (gr) 109,8	Kcal: 852,5 Prot (gr) 29,4 Lip (gr) 27,3 H.C. (gr) 120,2	Kcal: 645,7 Prot (gr) 23,7 Lip (gr) 13,1 H.C. (gr) 106,5	Kcal: 491,8 Prot (gr) 23,8 Lip (gr) 21,0 H.C. (gr) 51,4
	DILLUNS 30	DIMARTS 31				
P R E S E N T		Crema de carbassa	Bròquil i patata amb oli d'oliva			
		Cigrons saltats amb xampinyons	Hamburguesa de verdures a la planxa			
		Pa i postres	Pa i postres			
		Kcal: 496,4 Prot (gr) 10,8 Lip (gr) 19,4 H.C. (gr) 69,4	Kcal: 645,8 Prot (gr) 19,9 Lip (gr) 22,8 H.C. (gr) 90,0			

Maig 2022

NO FRUITS SECS /
KIWI

Els espinacs són una font important de vitamines com vitamina C, vitamina E i àcid fòlic (vit.B9), i de minerals com el magnesi, potassi, fòsfor i ferro. Recordeu que per facilitar l'absorció d'aquest ferro es recomana combinar-les amb un cítric com mandarina o la taronja

Agora
Col·lectivitats

He superado la auditoría que certifica mi actividad
ISO 9001 CALIDAD *****
He superado la auditoría que certifica mi actividad
ISO 14001 MEDIO AMBIENTE *****
He superado la auditoría que certifica mi actividad
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 garnició 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.