

		DIMECRES 1		DIJOUS 2		DIVENDRES 3			
		Amanida de cigrons i hortalisses		Fideuà amb bolets		Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva			
		Truita de carbassó i amanida		Mandonguilles de porc amb salsa de tomàquet		Rap al forn amb verdures			
		Fruita de temporada		Fruita de temporada		Làctic			
		Kcal: 929,4 Lip (gr) 92,7	Prot (gr) 35,9 H.C. (gr) 106,4	Kcal: 912,6 Lip (gr) 34,8	Prot (gr) 28,1 H.C. (gr) 118,6	Kcal: 626,5 Lip (gr) 13,3	Prot (gr) 44,3 H.C. (gr) 81,0		
DILLUNS 6		DIMARTS 7		DIMECRES 8		DIJOUS 9		DIVENDRES 10	
FESTA		Crema de pastanagues		Bròquil i patata amb oli d'oliva		Arròs amb tomàquet		Amanida de patata, hortalisses, ou i olives	
		Llenties cuinades amb verdures		Fricandó de vedella amb xampinyons		Truita francesa i amanida		Hamburguesa de verdures a la planxa i amanida	
		Fruita de temporada		Fruita de temporada		Làctic		Fruita de temporada	
		Kcal: 722,8 Lip (gr) 13,0	Prot (gr) 27,1 H.C. (gr) 124,8	Kcal: 629,5 Lip (gr) 18,5	Prot (gr) 35,1 H.C. (gr) 78,9	Kcal: 664,2 Lip (gr) 19,5	Prot (gr) 17,5 H.C. (gr) 101,7	Kcal: 671,1 Lip (gr) 20,5	Prot (gr) 18,7 H.C. (gr) 103,0
DILLUNS 13		DIMARTS 14		DIMECRES 15		DIJOUS 16		DIVENDRES 17	
Crema de porro, carbassó i pastanaga		Fideus a la cassola amb verdures		Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva		Arròs amb xampinyons		Amanida de llenties, hortalisses i tonyina	
Mongetes blanques i verdures		Pit de pollastre a la planxa i amanida		Lluç al forn i amanida		Pollastre al forn amb verdures		Truita de patates i amanida	
Fruita de temporada		Fruita de temporada		Fruita de temporada		Fruita de temporada		Làctic	
Kcal: 649,7 Lip (gr) 12,9	Prot (gr) 23,8 H.C. (gr) 110,0	Kcal: 670,2 Lip (gr) 9,8	Prot (gr) 38,1 H.C. (gr) 109,0	Kcal: 592,3 Lip (gr) 17,9	Prot (gr) 31,8 H.C. (gr) 75,6	Kcal: 1077,6 Lip (gr) 43,9	Prot (gr) 60,9 H.C. (gr) 107,8	Kcal: 747,5 Lip (gr) 49,4	Prot (gr) 32,3 H.C. (gr) 103,4
DILLUNS 20		DIMARTS 21		DIMECRES 22		DIJOUS 23		DIVENDRES 24	
Arròs tres delícies (pèsols, pastanaga, blat de moro)		Bròquil i patata amb oli d'oliva		Espaguetis amb verdures					
Lluç al forn i amanida		Estofat de porc a la jardinera		Nuggets de pollastre amb patates xips					
Fruita de temporada		Fruita de temporada		Làctic					
Kcal: 704,6 Lip (gr) 13,5	Prot (gr) 33,5 H.C. (gr) 111,5	Kcal: 564,0 Lip (gr) 15,8	Prot (gr) 36,0 H.C. (gr) 75,7	Kcal: 845,0 Lip (gr) 27,6	Prot (gr) 25,8 H.C. (gr) 120,8				
DILLUNS 27		DIMARTS 28		DIMECRES 29		DIJOUS 30			



Juny 2022

BASAL

Sabies que... La col és una de les espècies més antigues cultivades i consumides a Europa? Té un valor energètic baix i una gran quantitat de fibra, vitamines i minerals. És recomanable per a totes les edats i se n'aprofita tot! Els troncs i les fulles externes es poden fer servir per fer brous o cremes.

Agora
Collectivitats

He superat la auditoria que em té acreditada que em té acreditada que em té acreditada

ISO 9001 CALIDAD
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.



Estem treballant conjuntament amb NutricomCal per oferir-vos la màxima qualitat dietètica en la programació dels nostres menús. Per qualsevol dubte del nostre menú contacta amb la dietista-nutricionista a nutricomcal@gmail.com.