

	DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
			Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva	Arròs amb xampinyons	Llenties estofades amb verdures (ceba, tomàquet, patata, carbassó, porro, pastanaga i pebrot)
			Abadejo amb verdures i amanida	Pollastre al forn amb verdures i amanida	Truita francesa i amanida
			Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic
			Kcal: 575,7 Prot (gr) 12,7 Lip (gr) 22,0 H.C. (gr) 80,7	Kcal: 1075,7 Prot (gr) 60,9 Lip (gr) 43,8 H.C. (gr) 108,6	Kcal: 695,7 Prot (gr) 29,4 Lip (gr) 22,8 H.C. (gr) 91,2
	DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
A L I M E N T A N T		Arròs tres delícies (pèsols, pastanaga, blat de moro) sense pernil dolç	Espaguetis amb verdures	Crema de pastanagues	Pèsols amb patates
	FESTA	Lluç al forn i amanida	Pit de pollastre a la planxa i amanida	Truita francesa i amanida	Libret de gall dindi i amanida
		Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic	Fruita de temporada
		Kcal: 700,2 Prot (gr) 33,4 Lip (gr) 13,6 H.C. (gr) 126,2	Kcal: 674,1 Prot (gr) 36,8 Lip (gr) 14,6 H.C. (gr) 100,8	Kcal: 646,0 Prot (gr) 16,3 Lip (gr) 27,2 H.C. (gr) 82,7	
	DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
E L P R E S E N T	Llenties amb arròs	Sopa d'au	Arròs amb salsa de tomàquet	Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva	Espaguetis xampinyons saltats
	Truita de carbassó i amanida	Llonganissa a la planxa i amanida	Pit de pollastre a la planxa i amanida	Lluç arrebossat i amanida	Gall dindi a la planxa i amanida
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic
	Kcal: 862,3 Prot (gr) 30,8 Lip (gr) 28,6 H.C. (gr) 118,4	Kcal: 641,7 Prot (gr) 84,2 Lip (gr) 30,1 H.C. (gr) 83,3	Kcal: 614,0 Prot (gr) 33,1 Lip (gr) 10,8 H.C. (gr) 98,9	Kcal: 677,7 Prot (gr) 28,1 Lip (gr) 24,8 H.C. (gr) 84,4	Kcal: 874,9 Prot (gr) 27,2 Lip (gr) 10,2 H.C. (gr) 94,0
	DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 29
	Bròquil i patata amb oli d'oliva	Macarrons amb verdures	Sopa de verdures i pollastre	Crema de carbassa i moniato	Arròs a la milanesa (sofregit, pèsols, bolets i pernil dolç)
	Mandonguilles amb salsa de tomàquet i xampinyons	Lluç a la marinera i amanida	Truita de patates i amanida	Cigrons saltats amb tomàquet	Pit de pollastre a la planxa i amanida
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic	Fruita de temporada	Fruita de temporada
	Kcal: 817,6 Prot (gr) 28,0 Lip (gr) 36,7 H.C. (gr) 93,7	Kcal: 592,8 Prot (gr) 31,6 Lip (gr) 8,0 H.C. (gr) 98,0	Kcal: 717,4 Prot (gr) 71,2 Lip (gr) 33,3 H.C. (gr) 90,9	Kcal: 410,2 Prot (gr) 9,5 Lip (gr) 12,4 H.C. (gr) 65,4	Kcal: 674,3 Prot (gr) 36,3 Lip (gr) 16,1 H.C. (gr) 99,1

Setembre 2023

BASAL

La síndria és molt apreciada per ser refrescant i rica en aigua i sals. En concret, és la fruita que major quantitat d'aigua conté (95% del seu pes), per la qual cosa té un baix contingut energètic i, es pot ressaltar una aportació de potassi i vitamina A.

Agora
Col·lectivitat

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: poma, síndria, plàtan, prèsec, nectarina i meló

NutricomCal
CENTRE DE NUTRICIÓ I DIETÈTICA

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.