

	DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
			Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva	Pèsols amb patates	Lenties estofades amb verdures (ceba, tomàquet, patata, carbassó, porro, pastanaga i pebrot)
			Abadejo amb verdures	Arròs amb xampinyons	Truita francesa
			Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic
			Kcal: 575,7 Prot (gr) 12,7 Lip (gr) 22,0 H.C. (gr) 80,7	Kcal: 808,7 Prot (gr) 21,8 Lip (gr) 18,6 H.C. (gr) 138,7	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
ALIMENTANT	FESTA	Arròs tres delícies (pèsols, pastanaga, blat de moro) sense pernil dolç	Espinacs amb patates	Crema de pastanagues	Macarrons amb oli
		Lluç al forn	Espaguetis amb verdures	Truita francesa	Pèsols amb patates
		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: 744,0 Prot (gr) 21,9 Lip (gr) 18,9 H.C. (gr) 117,7	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
	Lenties amb arròs	Col i patates	Arròs amb tomàquet	Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva	Espaguetis xampinyons saltats
	Truita de carbassó i patates	Lluç al forn	Minestra de verdures	Lluç arrebossat	Truita francesa amb tomàquet al forn
	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: 478,8 Prot (gr) 29,7 Lip (gr) 13,0 H.C. (gr) 61,5	Kcal: 596,0 Prot (gr) 15,3 Lip (gr) 9,5 H.C. (gr) 112,2	Kcal: 677,7 Prot (gr) 28,1 Lip (gr) 24,8 H.C. (gr) 84,4	Kcal: 694,0 Prot (gr) 21,6 Lip (gr) 23,2 H.C. (gr) 95,9
	DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 29
	Bròquil i patata amb oli d'oliva	Macarrons amb verdures	Coliflor i patates	Crema de carbassa i moniato (sense formatge ni crostonets de pan)	Bledes amb patates
	Crestes de tonyina	Lluç a la marinera	Truita de patates	Cigrons saltats amb tomàquet	Arròs tres delícies (pèsols, pastanaga, blat de moro) sense pernil dolç
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic	Fruita de temporada	Fruita de temporada
	Kcal: 717,7 Prot (gr) 18,7 Lip (gr) 26,9 H.C. (gr) 96,0	Kcal: 592,8 Prot (gr) 31,6 Lip (gr) 8,0 H.C. (gr) 98,0	Kcal: 674,8 Prot (gr) 17,3 Lip (gr) 26,4 H.C. (gr) 90,2	Kcal: 410,2 Prot (gr) 9,5 Lip (gr) 12,4 H.C. (gr) 65,4	Kcal: 742,5 Prot (gr) 19,6 Lip (gr) 10,3 H.C. (gr) 158,7

Setembre 2023

NO CARN

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·lectivitats

He superat la auditoria que certifica qualitat ISO 9001 CALIDAD ***** ENAC iC
He superat la auditoria que certifica medi ambient ISO 14001 MEDIO AMBIENTE ***** ENAC iC
He superat la auditoria que certifica seguretat alimentària ISO 22000 SEGURIDAD ALIMENTARIA ***** ENAC iC

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