



Maig 2024

BASAL

A L I M E N T A N T  E L  P R E S E N T	DIMECRES		1		DIJOUS		2		DIVENDRES		3																													
	<b>FESTA</b>																																							
	<b>FESTA</b>																																							
	<b>FESTA</b>																																							
	DILLUNS		6		DIMARTS		7		DIMECRES		8		DIJOUS		9		DIVENDRES		10																					
	Crema de pastanagues				Cigrons cuinats amb verdures				Arròs amb verdures				Macarrons a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet)				Pèsols amb patates																							
	Truita de carbassó i amanida				Gall dindi adobat a la planxa i amanida				Abadejo amb verdures				Pernil de porc brasejat al forn i amanida				Pernilets de pollastre al forn amb verdures																							
	Fruita de temporada				Fruita de temporada				Fruita de temporada				Làctic				Fruita de temporada																							
	Kcal:		771,5		Prot (gr)		17,4		Kcal:		847,8		Prot (gr)		31,8		Kcal:		701,0		Prot (gr)		31,8		Kcal:		756,3		Prot (gr)		33,6		Kcal:		847,3		Prot (gr)		59,7	
	Lip (gr)		32,8		H.C. (gr)		100,9		Lip (gr)		8,4		H.C. (gr)		82,1		Lip (gr)		18,7		H.C. (gr)		98,6		Lip (gr)		24,3		H.C. (gr)		120,6		Lip (gr)		31,1		H.C. (gr)		84,2	
DILLUNS		13		DIMARTS		14		DIMECRES		15		DIJOUS		16		DIVENDRES		17																						
Arròs amb xampinyons				Mongetes blanques estofades amb verdures				Macarrons amb salsa rústica				Bròquil i patata amb oli d'oliva				Crema de carbassó																								
Croquetes de rostit i amanida				Lluç al forn i amanida				Truita francesa i amanida				Pollastre rostit amb poma i amanida				Llenties saltades amb quinoa i verdures																								
Fruita de temporada				Fruita de temporada				Làctic				Fruita de temporada				Fruita de temporada																								
Kcal:		891,5		Prot (gr)		29,6		Kcal:		633,6		Prot (gr)		40,7		Kcal:		711,4		Prot (gr)		21,4		Kcal:		847,1		Prot (gr)		62,6		Kcal:		652,2		Prot (gr)		26,2		
Lip (gr)		28,3		H.C. (gr)		126,0		Lip (gr)		13,5		H.C. (gr)		88,9		Lip (gr)		21,8		H.C. (gr)		103,2		Lip (gr)		34,6		H.C. (gr)		73,1		Lip (gr)		13,4		H.C. (gr)		107,2		
DILLUNS		20		DIMARTS		21		DIMECRES		22		DIJOUS		23		DIVENDRES		24																						
<b>FESTA</b>																																								
Llenties estofades amb verdures (ceba, tomàquet, patata, carbassó, porro, pastanaga i pebrot)				Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva				Puré de carbassó (carbassó, porro i patata)				Macarrons a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet)																												
Rodanxa de lluç al forn i amanida				Cigrons saltats amb xampinyons				Cigrons saltats amb xampinyons				Pit de pollastre a la planxa i amanida																												
Fruita de temporada				Fruita de temporada				Làctic				Fruita de temporada																												
Kcal:		714,8		Prot (gr)		30,3		Kcal:		644,1		Prot (gr)		26,5		Kcal:		513,0		Prot (gr)		10,6		Kcal:		671,2		Prot (gr)		36,7		Kcal:		671,2		Prot (gr)		36,7		
Lip (gr)		22,9		H.C. (gr)		94,7		Lip (gr)		21,9		H.C. (gr)		85,8		Lip (gr)		22,2		H.C. (gr)		67,6		Lip (gr)		15,1		H.C. (gr)		98,9		Lip (gr)		15,1		H.C. (gr)		98,9		
DILLUNS		27		DIMARTS		28		DIMECRES		29		DIJOUS		30		DIVENDRES		31																						
Trinxat de col patata i oli d'oliva				Arròs amb verdures				Cigrons cuinats amb verdures				Fideuà amb bolets				Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva																								
Rap al forn amb verdures				Estofat de gall dindi a la jardineria				Truita de carbassó i patates				Mandonguilles de porc amb salsa de tomàquet				Pit de pollastre a la planxa amb tomàquet al forn																								
Fruita de temporada				Fruita de temporada				Fruita de temporada				Fruita de temporada				Làctic																								
Kcal:		494,7		Prot (gr)		41,8		Kcal:		773,3		Prot (gr)		26,4		Kcal:		919,6		Prot (gr)		28,4		Kcal:		589,7		Prot (gr)		38,2		Kcal:		589,7		Prot (gr)		38,2		
Lip (gr)		5,2		H.C. (gr)		70,3		Lip (gr)		24,0		H.C. (gr)		101,1		Lip (gr)		26,9		H.C. (gr)		98,7		Lip (gr)		34,7		H.C. (gr)		120,4		Lip (gr)		15,9		H.C. (gr)		77,2		

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: poma, pera, plàtan, mandarina i taronja



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



Ctra. Santa Creu de Calafell, núm. 35, bxs.  
08850 - Gavà - Barcelona  
Tel. 93.638.87.03  
[info@agoracatering.es](mailto:info@agoracatering.es) / [www.agoracatering.es](http://www.agoracatering.es)