



Maig 2024

SENSE LLEGUMS

	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	Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva	Arròs amb verdures	Macarrons a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet)	Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva
Truita de carbassó i patates	Gall dindi adobat a la planxa	Abadejo amb verdures	Pernil de porc brasejat al forn	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 Lip (gr) 32,8 H.C. (gr) 100,9	Kcal: 841,3 Prot (gr) 24,3 Lip (gr) 14,3 H.C. (gr) 80,0	Kcal: 701,0 Prot (gr) 31,8 Lip (gr) 18,7 H.C. (gr) 98,6	Kcal: 756,3 Prot (gr) 33,6 Lip (gr) 24,3 H.C. (gr) 120,6	Kcal: 824,3 Prot (gr) 56,2 Lip (gr) 30,7 H.C. (gr) 81,5
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
Arròs amb xampinyons	Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva	Macarrons amb salsa rústica	Bròquil i patata amb oli d'oliva	Crema de carbassó
Croquetes de rostit	Lluç al forn	Truita francesa	Pollastre rostit amb poma	Llom a la planxa
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic	Fruita de temporada	Fruita de temporada
Kcal: 891,5 Prot (gr) 29,6 Lip (gr) 28,3 H.C. (gr) 126,0	Kcal: 592,3 Prot (gr) 31,8 Lip (gr) 17,9 H.C. (gr) 75,6	Kcal: 711,4 Prot (gr) 21,4 Lip (gr) 21,8 H.C. (gr) 103,2	Kcal: 847,1 Prot (gr) 62,6 Lip (gr) 34,6 H.C. (gr) 73,1	Kcal: 473,6 Prot (gr) 27,1 Lip (gr) 13,0 H.C. (gr) 62,4
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
	Patata i pastanaga bullida	Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva	Puré de carbassó (carbassó, porro i patata)	Macarrons a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet)
<b>FESTA</b>	Truita francesa amb tomàquet al forn	Rodanxa de lluç al forn	Llom a la planxa	Pit de pollastre a la planxa
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Làctic	Fruita de temporada
	Kcal: 529,4 Prot (gr) 16,0 Lip (gr) 18,2 H.C. (gr) 73,8	Kcal: 644,1 Prot (gr) 26,5 Lip (gr) 21,9 H.C. (gr) 85,8	Kcal: 473,6 Prot (gr) 27,1 Lip (gr) 13,0 H.C. (gr) 62,4	Kcal: 671,2 Prot (gr) 36,7 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	Bledes amb patates	Fideuà amb bolets	Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva
Rap al forn amb verdures	Estofat de gall dindi amb pastanaga (sense pèsols)	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 Lip (gr) 5,2 H.C. (gr) 70,3	Kcal: 782,3 Prot (gr) 39,6 Lip (gr) 24,4 H.C. (gr) 100,5	Kcal: 699,3 Prot (gr) 20,0 Lip (gr) 25,0 H.C. (gr) 97,4	Kcal: 919,6 Prot (gr) 28,4 Lip (gr) 34,7 H.C. (gr) 120,4	Kcal: 589,7 Prot (gr) 38,2 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)