



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA 1	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5
Llenties estofades amb verdures Lluç al forn Enciam ecològic i olives logurt artesà	Coliflor amb patata Cordon bleu de gall dindi Enciam ecològic i blat de moro Fruita de temporada	Espaguetis a la carbonara Truita de carbassó Enciam ecològic i pastanaga Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Pollastre adobat Patates xips Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet Carn magra de porc a la jardinera (m. tendra, pastanaga, pèsol, patata) - Fruita de temporada
560 Kcal 31g Prot 15g Lip 67g Hc	640 Kcal 27g Prot 28g Lip 66g Hc	690 Kcal 24g Prot 28g Lip 79g Hc	650 Kcal 30g Prot 29g Lip 63g Hc	610 Kcal 28g Prot 19g Lip 77g Hc
DIA 8	DIA 9	DIA 10	DIA 11	DIA 12
Bròquil amb patata Pollastre al forn a les fines herbes Enciam ecològic i pastanaga logurt artesà	Amanida de pasta amb formatge fresc (pastanaga, olives i blat de moro) Llenties amb sofregit de tomàquet - Fruita de temporada	Amanida d'arròs (pastanaga, olives i blat de moro) Lluç a la llimona Enciam ecològic i blat de moro Fruita de temporada	Minestra de verdura amb patata Estofat de gall dindi amb xampinyons - Fruita de temporada	Amanida de mongeta blanca (pastanaga, olives i blat de moro) Truita d'espínacs Enciam ecològic i olives Fruita de temporada
580 Kcal 32g Prot 17g Lip 63g Hc	640 Kcal 24g Prot 18g Lip 92g Hc	600 Kcal 27g Prot 14g Lip 84g Hc	590 Kcal 31g Prot 18g Lip 67g Hc	620 Kcal 23g Prot 22g Lip 78g Hc
DIA 15	DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19
Mongeta tendra amb patata Pollastre a la taronja - Fruita de temporada	Amanida de cigrons (pastanaga, olives i blat de moro) Hamburguesa mixta al forn Enciam ecològic i olives Fruita de temporada	Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols i blat de moro) Truita de patata Enciam ecològic i espàrrecs blancs Fruita de temporada	Pèsols saltejats amb ceba i patata Lluç al forn amb all i julivert Enciam ecològic i blat de moro Fruita de temporada	Macarrons a la napolitana Pollastre al forn a les fines herbes Enciam ecològic i pastanaga Gelats
590 Kcal 31g Prot 17g Lip 68g Hc	670 Kcal 28g Prot 27g Lip 74g Hc	700 Kcal 22g Prot 28g Lip 88g Hc	610 Kcal 30g Prot 16g Lip 74g Hc	760 Kcal 30g Prot 26g Lip 97g Hc



Tots els àpats van acompanyats d'una ració de pa.

CATASA N.º R.S. (26.08657/CAT). Menú elaborat per Sònia Rosell Ferrer (CAT001844), graduada en Nutrició Humana y Dietètica. Segons el Reglament 1169/2011 d'informació facilitada al consumidor, s'informa sobre al·lèrgenes presents en menús d'al·lèrgies i qualsevol altre informació sobre al·lèrgens en l'etiquetat del producte. CATASA, d'acord al RD 126/2015 subministra menjars específicament adaptats als consumidors amb al·lèrgies i necessitats especials, per qualsevol informació contacti amb nosaltres a les nostres oficines centrals.



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA 1	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5
Llenties estofades amb verdures Lluç al forn Enciam ecològic i olives logurt artesà	Coliflor amb patata Gall dindi a la planxa Enciam ecològic i blat de moro Fruita de temporada	Espaguetis amb orenga Truita de carbassó Enciam ecològic i pastanaga Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Pollastre adobat Patates xips Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet Pollastre a la jardinera (m. tendra, pastanaga, pèsol, patata) - Fruita de temporada
560 Kcal 31g Prot 15g Lip 67g Hc	640 Kcal 27g Prot 28g Lip 66g Hc	690 Kcal 24g Prot 28g Lip 79g Hc	650 Kcal 30g Prot 29g Lip 63g Hc	610 Kcal 28g Prot 19g Lip 77g Hc
DIA 8	DIA 9	DIA 10	DIA 11	DIA 12
Bròquil amb patata Pollastre al forn a les fines herbes Enciam ecològic i pastanaga logurt artesà	Amanida de pasta amb formatge fresc (pastanaga, olives i blat de moro) Llenties amb sofregit de tomàquet - Fruita de temporada	Amanida d'arròs (pastanaga, olives i blat de moro) Lluç a la llimona Enciam ecològic i blat de moro Fruita de temporada	Minestra de verdura amb patata Estofat de gall dindi amb xampinyons - Fruita de temporada	Amanida de mongeta blanca (pastanaga, olives i blat de moro) Truita d'espínacs Enciam ecològic i olives Fruita de temporada
580 Kcal 32g Prot 17g Lip 63g Hc	640 Kcal 24g Prot 18g Lip 92g Hc	600 Kcal 27g Prot 14g Lip 84g Hc	590 Kcal 31g Prot 18g Lip 67g Hc	620 Kcal 23g Prot 22g Lip 78g Hc
DIA 15	DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19
Mongeta tendra amb patata Pollastre a la taronja - Fruita de temporada	Amanida de cigrons (pastanaga, olives i blat de moro) Hamburguesa d'au al forn Enciam ecològic i olives Fruita de temporada	Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols i blat de moro) Truita de patata Enciam ecològic i espàrrecs blancs Fruita de temporada	Pèsols saltejats amb ceba i patata Lluç al forn amb all i julivert Enciam ecològic i blat de moro Fruita de temporada	Macarrons a la napolitana Pollastre al forn a les fines herbes Enciam ecològic i pastanaga Gelats
590 Kcal 31g Prot 17g Lip 68g Hc	670 Kcal 28g Prot 27g Lip 74g Hc	700 Kcal 22g Prot 28g Lip 88g Hc	610 Kcal 30g Prot 16g Lip 74g Hc	760 Kcal 30g Prot 26g Lip 97g Hc



Tots els àpats van acompanyat d'una ració de pa.

CATASA N.º R.S. (26.08657/CAT). Menú elaborat per Sònia Rosell Ferrer (CAT001844), graduada en Nutrició Humana y Dietètica. Segons el Reglament 1169/2011 d'informació facilitada al consumidor, s'informa sobre al·lèrgenes presents en menús d'al·lèrgies y qualsevol altre informació sobre al·lèrgens en l'etiquetat del producte. CATASA, d'acord al RD 126/2015 subministra menjars específicament adaptats als consumidors amb al·lèrgies i necessitats especials, per qualsevol informació contacti amb nosaltres a les nostres oficines centrals.



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA 1	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5
Llenties estofades amb verdures Trita a la francesa Enciam ecològic i olives logurt artesà	Coliflor amb patata Cordon bleu de gall dindi Enciam ecològic i blat de moro Fruita de temporada	Espaguetis a la carbonara Trita de carbassó Enciam ecològic i pastanaga Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Pollastre adobat Patates xips Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet Carn magra de porc a la jardinera (m. tendra, pastanaga, pèsol, patata) - Fruita de temporada
560 Kcal 31g Prot 15g Lip 67g Hc	640 Kcal 27g Prot 28g Lip 66g Hc	690 Kcal 24g Prot 28g Lip 79g Hc	650 Kcal 30g Prot 29g Lip 63g Hc	610 Kcal 28g Prot 19g Lip 77g Hc
DIA 8	DIA 9	DIA 10	DIA 11	DIA 12
Bròquil amb patata Pollastre al forn a les fines herbes Enciam ecològic i pastanaga logurt artesà	Amanida de pasta amb formatge fresc (pastanaga, olives i blat de moro) Llenties amb sofregit de tomàquet - Fruita de temporada	Amanida d'arròs (pastanaga, olives i blat de moro) Trita a la francesa Enciam ecològic i blat de moro Fruita de temporada	Minestra de verdura amb patata Estofat de gall dindi amb xampinyons - Fruita de temporada	Amanida de mongeta blanca (pastanaga, olives i blat de moro) Trita d'espínacs Enciam ecològic i olives Fruita de temporada
580 Kcal 32g Prot 17g Lip 63g Hc	640 Kcal 24g Prot 18g Lip 92g Hc	600 Kcal 27g Prot 14g Lip 84g Hc	590 Kcal 31g Prot 18g Lip 67g Hc	620 Kcal 23g Prot 22g Lip 78g Hc
DIA 15	DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19
Mongeta tendra amb patata Pollastre a la taronja - Fruita de temporada	Amanida de cigrons (pastanaga, olives i blat de moro) Hamburguesa mixta al forn Enciam ecològic i olives Fruita de temporada	Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols i blat de moro) Trita de patata Enciam ecològic i espàrrecs blancs Fruita de temporada	Pèsols saltejats amb ceba i patata Gall dindi a la planxa Enciam ecològic i blat de moro Fruita de temporada	Macarrons a la napolitana Pollastre al forn a les fines herbes Enciam ecològic i pastanaga Gelats
590 Kcal 31g Prot 17g Lip 68g Hc	670 Kcal 28g Prot 27g Lip 74g Hc	700 Kcal 22g Prot 28g Lip 88g Hc	610 Kcal 30g Prot 16g Lip 74g Hc	760 Kcal 30g Prot 26g Lip 97g Hc



Tots els àpats van acompanyats d'una ració de pa.

CATASA N.º R.S. (26.08657/CAT). Menú elaborat per Sònia Rosell Ferrer (CAT001844), graduada en Nutrició Humana y Dietètica. Segons el Reglament 1169/2011 d'informació facilitada al consumidor, s'informa sobre al·lèrgenes presents en menús d'al·lèrgies y qualsevol altre informació sobre al·lèrgenes en l'etiquetat del producte. CATASA, d'acord al RD 126/2015 subministra menjars específicament adaptats als consumidors amb al·lèrgies i necessitats especials, per qualsevol informació contacti amb nosaltres a les nostres oficines centrals.



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA 1	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5
Llenties estofades amb verdures Lluç al forn Enciam ecològic i olives logurt artesà	Coliflor amb patata Cordon bleu de gall dindi Enciam ecològic i blat de moro Fruita de temporada	Espaguetis a la carbonara Truita de carbassó Enciam ecològic i pastanaga Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Pollastre adobat Patates xips Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet Carn magra de porc a la jardinera (m. tendra, pastanaga, pèsol, patata) - Fruita de temporada
560 Kcal 31g Prot 15g Lip 67g Hc	640 Kcal 27g Prot 28g Lip 66g Hc	690 Kcal 24g Prot 28g Lip 79g Hc	650 Kcal 30g Prot 29g Lip 63g Hc	610 Kcal 28g Prot 19g Lip 77g Hc
DIA 8	DIA 9	DIA 10	DIA 11	DIA 12
Bròquil amb patata Pollastre al forn a les fines herbes Enciam ecològic i pastanaga logurt artesà	Amanida de pasta amb formatge fresc (pastanaga, olives i blat de moro) Llenties amb sofregit de tomàquet - Fruita de temporada	Amanida d'arròs (pastanaga, olives i blat de moro) Lluç a la llimona Enciam ecològic i blat de moro Fruita de temporada	Minestra de verdura amb patata Estofat de gall dindi amb xampinyons - Fruita de temporada	Amanida de mongeta blanca (pastanaga, olives i blat de moro) Truita d'espínacs Enciam ecològic i olives Fruita de temporada
580 Kcal 32g Prot 17g Lip 63g Hc	640 Kcal 24g Prot 18g Lip 92g Hc	600 Kcal 27g Prot 14g Lip 84g Hc	590 Kcal 31g Prot 18g Lip 67g Hc	620 Kcal 23g Prot 22g Lip 78g Hc
DIA 15	DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19
Mongeta tendra amb patata Pollastre a la taronja - Fruita de temporada	Amanida de cigrons (pastanaga, olives i blat de moro) Hamburguesa mixta al forn Enciam ecològic i olives Fruita de temporada	Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols i blat de moro) Truita de patata Enciam ecològic i espàrrecs blancs Fruita de temporada	Pèsols saltejats amb ceba i patata Lluç al forn amb all i julivert Enciam ecològic i blat de moro Fruita de temporada	Macarrons a la napolitana Pollastre al forn a les fines herbes Enciam ecològic i pastanaga Gelats
590 Kcal 31g Prot 17g Lip 68g Hc	670 Kcal 28g Prot 27g Lip 74g Hc	700 Kcal 22g Prot 28g Lip 88g Hc	610 Kcal 30g Prot 16g Lip 74g Hc	760 Kcal 30g Prot 26g Lip 97g Hc



Tots els àpats van acompanyat d'una ració de pa.

CATASA N.º R.S. (26.08657/CAT). Menú elaborat per Sònia Rosell Ferrer (CAT001844), graduada en Nutrició Humana y Dietètica. Segons el Reglament 1169/2011 d'informació facilitada al consumidor, s'informa sobre al·lèrgenes presents en menús d'al·lèrgies y qualsevol altre informació sobre al·lèrgens en l'etiquetat del producte. CATASA, d'acord al RD 126/2015 subministra menjars específicament adaptats als consumidors amb al·lèrgies i necessitats especials, per qualsevol informació contacti amb nosaltres a les nostres oficines centrals.



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA 1	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5
<p>Verdura permesa amb patata Lluç al forn Enciam ecològic i olives logurt artesà</p> <p>560 Kcal 31g Prot 15g Lip 67g Hc</p>	<p>Coliflor amb patata Gall dindi a la planxa Enciam ecològic i blat de moro Fruita de temporada</p> <p>640 Kcal 27g Prot 28g Lip 66g Hc</p>	<p>Espaguetis amb orenga (s/gluten, ou) Truita de carbassó Enciam ecològic i pastanaga Fruita de temporada</p> <p>690 Kcal 24g Prot 28g Lip 79g Hc</p>	<p>Mongeta tendra amb patata Pollastre adobat Patates xips Fruita de temporada</p> <p>650 Kcal 30g Prot 29g Lip 63g Hc</p>	<p>Arròs amb tomàquet Carn magra de porc a la jardinera (m. tendra, pastanaga, pèsol, patata) - Fruita de temporada</p> <p>610 Kcal 28g Prot 19g Lip 77g Hc</p>
DIA 8	DIA 9	DIA 10	DIA 11	DIA 12
<p>Bròquil amb patata Pollastre al forn a les fines herbes Enciam ecològic i pastanaga logurt artesà</p> <p>580 Kcal 32g Prot 17g Lip 63g Hc</p>	<p>Amanida de pasta (s/gluten, ou, plv) Truita a la francesa - Fruita de temporada</p> <p>640 Kcal 24g Prot 18g Lip 92g Hc</p>	<p>Amanida d'arròs (pastanaga, olives i blat de moro) Lluç a la llimona Enciam ecològic i blat de moro Fruita de temporada</p> <p>600 Kcal 27g Prot 14g Lip 84g Hc</p>	<p>Minestra de verdura amb patata Estofat de gall dindi amb xampinyons - Fruita de temporada</p> <p>590 Kcal 31g Prot 18g Lip 67g Hc</p>	<p>Amanida de mongeta blanca (pastanaga, olives i blat de moro) Truita d'espínacs Enciam ecològic i olives Fruita de temporada</p> <p>620 Kcal 23g Prot 22g Lip 78g Hc</p>
DIA 15	DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19
<p>Mongeta tendra amb patata Pollastre a la planxa - Fruita de temporada</p> <p>590 Kcal 31g Prot 17g Lip 68g Hc</p>	<p>Amanida de cigrons (pastanaga, olives i blat de moro) Hamburguesa mixta al forn Enciam ecològic i olives Fruita de temporada</p> <p>670 Kcal 28g Prot 27g Lip 74g Hc</p>	<p>Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols i blat de moro) Truita de patata Enciam ecològic i espàrrecs blancs Fruita de temporada</p> <p>700 Kcal 22g Prot 28g Lip 88g Hc</p>	<p>Pèsols saltejats amb ceba i patata Lluç al forn amb all i julivert Enciam ecològic i blat de moro Fruita de temporada</p> <p>610 Kcal 30g Prot 16g Lip 74g Hc</p>	<p>Macarrons a la napolitana (s/gluten, ou) Pollastre al forn a les fines herbes Enciam ecològic i pastanaga Gelats</p> <p>760 Kcal 30g Prot 26g Lip 97g Hc</p>



Tots els àpats van acompanyat d'una ració de pa.

CATASA N.º R.S. (26.08657/CAT). Menú elaborat per Sònia Rosell Ferrer (CAT001844), graduada en Nutrició Humana y Dietètica. Segons el Reglament 1169/2011 d'informació facilitada al consumidor, s'informa sobre al·lèrgenes presents en menús d'al·lèrgies y qualsevol altre informació sobre al·lèrgens en l'etiquetat del producte. CATASA, d'acord al RD 126/2015 subministra menjars específicament adaptats als consumidors amb al·lèrgies i necessitats especials, per qualsevol informació contacti amb nosaltres a les nostres oficines centrals.



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA 1	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5
Minestra de verdura amb patata Llenties estofades amb verdures Enciam ecològic i olives logurt artesà <i>560 Kcal 31g Prot 15g Lip 67g Hc</i>	Coliflor amb patata Hamburguesa de falàfel Enciam ecològic i blat de moro Fruita de temporada <i>640 Kcal 27g Prot 28g Lip 66g Hc</i>	Espaguetis amb orenga Truita de carbassó Enciam ecològic i pastanaga Fruita de temporada <i>690 Kcal 24g Prot 28g Lip 79g Hc</i>	Mongeta tendra amb patata Seitan adobat Patates xips Fruita de temporada <i>650 Kcal 30g Prot 29g Lip 63g Hc</i>	Arròs amb tomàquet Tofu a la jardinera (m. tendra, pastanaga, pèsol, patata) - Fruita de temporada <i>610 Kcal 28g Prot 19g Lip 77g Hc</i>
DIA 8	DIA 9	DIA 10	DIA 11	DIA 12
Bròquil amb patata Hamburguesa de quinoa Enciam ecològic i pastanaga logurt artesà <i>580 Kcal 32g Prot 17g Lip 63g Hc</i>	Amanida de pasta amb formatge fresc (pastanaga, olives i blat de moro) Llenties amb sofregit de tomàquet - Fruita de temporada <i>640 Kcal 24g Prot 18g Lip 92g Hc</i>	Amanida d'arròs (pastanaga, olives i blat de moro) Tofu a la llimona Enciam ecològic i blat de moro Fruita de temporada <i>600 Kcal 27g Prot 14g Lip 84g Hc</i>	Minestra de verdura amb patata Estofat de seitan amb xampinyons - Fruita de temporada <i>590 Kcal 31g Prot 18g Lip 67g Hc</i>	Amanida de mongeta blanca (pastanaga, olives i blat de moro) Truita d'espínacs Enciam ecològic i olives Fruita de temporada <i>620 Kcal 23g Prot 22g Lip 78g Hc</i>
DIA 15	DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19
Mongeta tendra amb patata Seitan a la taronja - Fruita de temporada <i>590 Kcal 31g Prot 17g Lip 68g Hc</i>	Amanida de cigrons (pastanaga, olives i blat de moro) Hamburguesa de cuscús Enciam ecològic i olives Fruita de temporada <i>670 Kcal 28g Prot 27g Lip 74g Hc</i>	Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols i blat de moro) Truita de patata Enciam ecològic i espàrrecs blancs Fruita de temporada <i>700 Kcal 22g Prot 28g Lip 88g Hc</i>	Crema de verdures Pèsols saltejats amb ceba i patata Enciam ecològic i blat de moro Fruita de temporada <i>610 Kcal 30g Prot 16g Lip 74g Hc</i>	Macarrons a la napolitana Hamburguesa de falàfel Enciam ecològic i pastanaga Gelat <i>760 Kcal 30g Prot 26g Lip 97g Hc</i>



Tots els àpats van acompanyat d'una ració de pa.

CATASA N.º R.S. (26.08657/CAT). Menú elaborat per Sònia Rosell Ferrer (CAT001844), graduada en Nutrició Humana y Dietètica. Segons el Reglament 1169/2011 d'informació facilitada al consumidor, s'informa sobre al·lèrgenes presents en menús d'al·lèrgies y qualsevol altre informació sobre al·lèrgens en l'etiquetat del producte. CATASA, d'acord al RD 126/2015 subministra menjars específicament adaptats als consumidors amb al·lèrgies i necessitats especials, per qualsevol informació contacti amb nosaltres a les nostres oficines centrals.



RECOMANACIONS SOPARS



JUNY 2026

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA 1	DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5
Verdura Carn blanca Fruita	Arròs Proteïna vegetal Fruita	Verdura Peix blau Làctic	Pasta Ou Fruita	Verdura Peix blanc Làctic
DIA 8	DIA 9	DIA 10	DIA 11	DIA 12
Arròs Peix blau Fruita	Verdura Carn blanca Fruita	Verdura Proteïna vegetal Làctic	Pasta Ou Fruita	Verdura Peix blanc Làctic
DIA 15	DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19
Arròs Proteïna vegetal Fruita	Pasta Peix blau Làctic	Verdura Carn blanca Fruita	Verdura Ou Làctic	Verdura Peix blanc Fruita



Tots els àpats van acompanyat d'una ració de pa.

CATASA N.º R.S. (26.08657/CAT). Menú elaborat per Sònia Rosell Ferrer (CAT001844), graduada en Nutrició Humana y Dietètica. Segons el Reglament 1169/2011 d'informació facilitada al consumidor, s'informa sobre al·lèrgenes presents en menús d'al·lèrgies y qualsevol altre informació sobre al·lèrgens en l'etiquetat del producte. CATASA, d'acord al RD 126/2015 subministra menjars específicament adaptats als consumidors amb al·lèrgies i necessitats especials, per qualsevol informació contacti amb nosaltres a les nostres oficines centrals.