

Dilluns Dimarts Dimecres Dijous Divendres

3 Arròs de muntanya (sofregit, pebrot, pastanaga, mongeta verda, albergínia i carbassó) Croquetes de rostit amb enciam, pastanaga i blat de moro Fruita del temps Kcal: 682 Prot: 25 g. Lip: 23 g. H.C: 95 g.	4 Sopa de peix (brou casolà de peix i pasta fina) Estofat de gall dindi a la jardinera (pèsols i pastanaga) Fruita del temps Kcal: 697 Prot: 28g Lip: 24g HC 73g	5 Patata i bròquil al vapor amb oli d'oliva Pernil brassejat al forn amb enciam, tomàquet i olives Làctic Kcal: 671 Prot: 29g Lip: 28g HC 70g	6 Macarrons a la bolonyesa (sofregit de ceba, tomàquet i carn picada) i formatge ratllat Truita de formatge amb enciam, blat de moro i tomàquet Fruita del temps Kcal: 697 Prot: 31g Lip: 21g HC 86g	7 Amanida de fesols (fesols, tomàquet, pebrot, ou dur i olives) Fogoner al forn amb tomàquet al forn Fruita del temps Kcal: 715 Prot: 31g Lip: 23g HC 83g
10 Llenties a la Riojana (ceba, tomàquet, pastanaga, pebrot i xoriç) Truita francesa amb enciam, tomàquet cherry i pastanaga Fruita del temps Kcal: 683 Prot: 33g Lip: 14g HC 76g	11 Mongeta verda amb patata i pastanaga i oli d'oliva Cuixa de pollastre a la llimona amb enciam, blat de moro i olives Làctic Kcal: 661 Prot: 29g Lip: 19g HC 70g	12 Fideuà amb sípia i allioli (sofregit, sípia, músclos, brou de peix i allioli) Rodó de gall dindi rostit amb bolets Fruita del temps Kcal: 720 Prot: 34 g. Lip: 24 g. H.C: 93 g.	13 Amanida de Alemanya (patata, ceba, frankfurt, cogombres, maionesa i mostassa) Rodanxa de lluç arrebossada amb enciam, pastanaga i blat de moro Fruita del temps Kcal: 729 Prot: 35g Lip: 26g HC 98g	14 Amanida d'arròs (arròs, pèsols, blat de moro, pastanaga i pernil dolç) Salsitxes a la planxa amb enciam, tomàquet i olives Fruita del temps Kcal: 703 Prot: 28g Lip: 18g HC 96g
17 Crema de verdures de temporada amb crostonets de pa Hamburguesa a la planxa amb enciam, olives i blat de moro Fruita del temps Kcal: 697 Prot: 30g Lip: 20g HC 83g	18 Amanida de cigrons (cigrons, tomàquet, pebrot i tonyina) Truita de patata amb enciam, pastanaga i blat de moro Fruita del temps Kcal: 709 Prot: 32 g. Lip: 21 g. H.C: 88 g.	19 Arròs amb salsa de tomàquet Filet de lluç al forn amb enciam, blat de moro i pastanaga Fruita del temps Kcal: 691 Prot: 32 g. Lip: 27 g. H.C: 81 g.	20 Amanida russa (patata, mongeta verda, pastanaga, pèsols, tonyina, ou dur i maionesa) Magre de porc a la pinya Fruita del temps Kcal: 681 Prot: 29g Lip: 23g HC 71g	21 Menú aniversari Pizza casolana de tomàquet, pernil dolç, orenga i mozzarella Nuggets de pollastre amb patates fregides Gelat Kcal: 760 Prot: 33 g. Lip: 27 g. H.C: 98 g.



Bon estiu!!!



Alimentant el Present, Alimentant el Futur

Juny 2019
Menú Escolar

Escola
La Bòbila

Els cogombres són font minerals com el potassi i rics en vitamina C. Li donaran un toc fresc i diferent als teus plats d'estiu.



Agora
ol·lectivitats



www.agoracatering.es // info@agoracatering.es
Crta. Santa Creu de Calafell, 35 Baixos
Gavà, Barcelona
93.638.87.03

Estem treballant conjuntament amb Cesnut Nutrició per oferir-vos la màxima qualitat dietètica en la programació dels nostres menús. Per qualsevol dubte del nostre menú contacti amb l'equip de Dietistes-Nutricionistes a info@cesnut.com o per telèfon en el 93 364 12 12.

CESNUT
NUTRICIÓN
Consultoría Nutricional

RC

Les amanides de guarnició tindran els següents ingredients: enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro, pebrot, cogombre, ceba i olives.

Els làctics seran: iogurts naturals o de sabors, natilles, flams i iogurts líquids.

La fruita de juny serà: poma, pera, plàtan, taronja.