

**Dilluns Dimarts Dimecres Dijous Divendres**

<b>FESTIU</b>	3	4	5	6	7
	Sopa de peix (brou casolà de peix i pasta fina)	Patata i bròquil al vapor amb oli d'oliva	Macarrons a la bolonyesa (sofregit de ceba, tomàquet i carn picada) i formatge ratllat	Mongetes blanques estofades amb verdures	
	Estofat de gall dindi a la jardineria (pèsols i pastanaga)	Llom amb salsa Enciam, tomàquet i olives	Truita de formatge amb enciam, blat de moro i tomàquet	Llimanda al forn amb tomàquet al forn	
Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps		
Kcal: 514 Lip: 19 g.	Prot: 20 g. H.C: 62 g.	Kcal: 537 Lip: 21 g.	Prot: 20 g. H.C: 59 g.	Kcal: 534 Lip: 21 g.	Prot: 21 g. H.C: 63 g.
				Kcal: 557 Lip: 20 g.	Prot: 20 g. H.C: 68.
10	11	12	13	14	
Llenties estofades amb verdures (ceba, tomàquet, pastanaga, pebrot, sense xoriç)	Mongeta verda amb patata i pastanaga i oli d'oliva	Fideuà (sofregit i brou de peix)	Crema de carbassó (sense crostonets de pa)	Amanida d'arròs (arròs, pèsols, blat de moro, pastanaga i pernil dolç)	
Truita francesa amb enciam, tomàquet cherry i pastanaga	Contra-cuixa de de pollastre desossada a la llimona amb enciam, blat de moro i olives	Rodó de gall dindi rostit amb bolets	Rodanxa de lluç arrebossada amb enciam, pastanaga i blat de moro	Salsitxes a la planxa amb enciam, tomàquet i olives	
Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	
Kcal: 535 Lip: 15 g.	Prot: 20 g. H.C: 69 g.	Kcal: 447 Lip: 20 g.	Prot: 18 g. H.C: 58 g.	Kcal: 552 Lip: 20 g.	Prot: 17 g. H.C: 70 g.
				Kcal: 509 Lip: 21 g.	Prot: 20 g. H.C: 67 g.
				Kcal: 527 Lip: 21 g.	Prot: 21 g. H.C: 66 g.
17	18	19	20	21	
Crema de verdures de temporada (sense crostonets de pa)	Cigrons estofats amb verdures	Arròs amb salsa de tomàquet	Amanida russa (patata, mongeta verda, pastanaga, pèsols, ou dur i maionesa), sense tonyina)	Espaguetis a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet) i formatge ratllat	
Hamburguesa a la planxa amb enciam, olives i blat de moro	Truita de patata amb enciam, pastanaga i blat de moro	Filet de lluç al forn amb enciam, blat de moro i pastanaga	Magre de porc amb salsa	Nuggets de pollastre amb patates fregides a daus	
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Gelat	
Kcal: 553 Lip: 21 g.	Prot: 17 g. H.C: 62 g.	Kcal: 550 Lip: 21 g.	Prot: 21 g. H.C: 69 g.	Kcal: 562 Lip: 22g	Prot: 23g HC 68g
				Kcal: 510 Lip: 21 g.	Prot: 25 g. H.C: 61 g.
				Kcal: 532 Lip: 24 g.	Prot: 19 g. H.C: 69 g.
24	25	26	27	28	
Llenties estofades amb verdures (porro, tomàquet, pebrot, carbassó i pastanaga)	Macarrons amb pernil dolç (sofregit de ceba, tomàquet i pernil dolç) amb formatge ratllat	Arròs amb pollastre (sofregit, daus de pollastre i brou)	Mongeta verda amb patata, pastanaga i oli d'oliva	Mandonguilles amb salsa de tomàquet i xampinyons	
Daus de bacallà enfarinats amb enciam, tomàquet i olives	Contra-cuixa de pollastre desossada amb poma Enciam i blat de moro	Truita francesa amb enciam, pastanaga i cogombre			
Fruita del temps	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps		
Kcal: 545 Lip: 22 g.	Prot: 24 g. H.C: 70 g.	Kcal: 542 Lip: 20 g.	Prot: 17 g. H.C: 67 g.	Kcal: 490 Lip: 19 g.	Prot: 20 g. H.C: 61 g.
				Kcal: 546 Lip: 24 g.	Prot: 18 g. H.C: 63 g.

*Alimentant el Present, Alimentant el Futur*

**Juny 2019**  
**Menú Escolar**



**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.**



[www.agoracatering.es](http://www.agoracatering.es) // [info@agoracatering.es](mailto:info@agoracatering.es)  
Crta. Santa Creu de Calafell, 35 Baixos  
Gavà, Barcelona



**Bon estiu!!!**



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.



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](mailto:info@cesnut.com) o per telèfon en el 93 364 12 12.