



FESTIU	1	DIMARTS	2	DIMECRES	3	DIJOUS	4	DIVENDRES	5
		Macarrons amb salsa rústica (sofregit de ceba, tomàquet, alfàbrega i olives negres) amb formatge ratllat		Coliflor, pastanaga i patata al vapor amb oli d'oliva		Arròs de muntanya (sofregit, pebrot, pastanaga, mongeta verda, albergínia, carbassó)		Mongetes blanques i verdures	
		Truita de patates i ceba amb enciam, blat de moro i olives verdes		Lluç al forn amb enciam, pastanaga i blat de moro		Daus de pollastre adobats amb Patates fregides a daus		Salmó amb tomàquet i ceba	
		Fruita de temporada		Làctic		Fruita de temporada		Fruita de temporada	
		Kcal: 882,3 Prot (gr) 26,4 Lip (gr) 81,8 H.C. (gr) 118,8		Kcal: 509,4 Prot (gr) 31,0 Lip (gr) 57,0 H.C. (gr) 66,7		Kcal: 994,8 Prot (gr) 45,4 Lip (gr) 359,8 H.C. (gr) 117,1		Kcal: 742,6 Prot (gr) 41,7 Lip (gr) 22,8 H.C. (gr) 92,4	
DILLUNS	8	DIMARTS	9	DIMECRES	10	DIJOUS	11	DIVENDRES	12
		Escudella amb cigrons (sense minimandonguilles) (brou casolà de verdures, patata, pastanaga, col i cigrons)		Espirals a la napolitana (sofregit de ceba i tomàquet) amb formatge ratllat		Crema de carbassó amb rostes (carbassó, porro i patata)		Arròs a la bolonyesa de seità (sofregit de ceba, tomàquet i seità)	
		Rodanxa de lluç arrebossada amb enciam, tomàquet i blat de moro		Truita francesa amb enciam, pastanaga i blat de moro		Botifarra de pollastre a la planxa amb carxofes arrebossades		Palpis de gall dindi a la planxa amb enciam, tomàquet i olives verdes	
		Fruita de temporada		Fruita de temporada		Làctic		Fruita de temporada	
		Kcal: 589,8 Prot (gr) 23,0 Lip (gr) 67,1 H.C. (gr) 77,2		Kcal: 969,2 Prot (gr) 62,6 Lip (gr) 105,0 H.C. (gr) 94,1		Kcal: 591,5 Prot (gr) 14,8 Lip (gr) 215,9 H.C. (gr) 88,7		Kcal: 826,0 Prot (gr) 38,8 Lip (gr) 76,0 H.C. (gr) 104,5	
DILLUNS	15	DIMARTS	16	DIMECRES	17	DIJOUS	18	DIVENDRES	19
		Bledes amb patata, pastanaga i oli d'oliva		Sopa de verdura		Arròs amb verdures		Llenties estofades amb verdures (ceba, tomàquet, patata, carbassó, porro, pastanaga i pebrot)	
		Pit de gall dindi a la planxa amb enciam, blat de moro i olives verdes		Ous cuits a la jardineria (pèsols, pastanaga i patata)		Lluç al forn amb picada d'all i julivert amb Enciam, tomàquet i pastanaga		Truita de formatge amb enciam, blat de moro i olives verdes	
		Fruita de temporada		Fruita de temporada		Làctic		Fruita de temporada	
		Kcal: 524,5 Prot (gr) 31,7 Lip (gr) 64,7 H.C. (gr) 66,9		Kcal: 632,4 Prot (gr) 58,8 Lip (gr) 22,1 H.C. (gr) 91,6		Kcal: 670,8 Prot (gr) 32,2 Lip (gr) 60,1 H.C. (gr) 95,6		Kcal: 765,7 Prot (gr) 36,6 Lip (gr) 78,4 H.C. (gr) 90,5	
DILLUNS	22	DIMARTS	23	DIMECRES	24	DIJOUS	25	MENÚ ANIVERSARI	26
		Crema de verdures de temporada i crostonets de pa		Mongetes verdes amb patates i oli d'oliva		Cigrons cuinats amb verdures		Arròs amb salsa de tomàquet	
		Canelons de tonyina amb beixamel		Fricandó de vedella amb xampinyons		Palometa al forn amb picada d'all i julivert amb enciam, pastanaga i tomàquet cherry		Truita de patates i ceba amb enciam, pastanaga i blat de moro	
		Fruita de temporada		Fruita de temporada		Fruita de temporada		Fruita de temporada	
		Kcal: 574,6 Prot (gr) 23,4 Lip (gr) 18,1 H.C. (gr) 77,0		Kcal: 691,8 Prot (gr) 32,1 Lip (gr) 22,5 H.C. (gr) 87,1		Kcal: 479,3 Prot (gr) 31,9 Lip (gr) 54,0 H.C. (gr) 52,9		Kcal: 780,2 Prot (gr) 17,4 Lip (gr) 70,1 H.C. (gr) 115,5	
DILLUNS	29	FESTIU	30						
		Bròquil i patata amb oli d'oliva							
		Truita francesa amb enciam, pastanaga i olives verdes							
		Fruita de temporada							
		Kcal: 668,2 Prot (gr) 32,0 Lip (gr) 72,5 H.C. (gr) 75,7							

Novembre 2021

NO PORC

Sabies que l'alvocat ja era consumit pels asteques? És una fruita peculiar pel seu baix contingut en aigua i el seu alt contingut en greixos. Així i tot, són greixos saludables, amb un elevat contingut en Omega-9. També aporta Vitamina E, C y Potassi



Ctra. Santa Creu de Calafell, núm. 35, bxs.  
08850 - Gavà - Barcelona  
Tel. 93.638.87.03  
info@agoracatering.es / www.agoracatering.es

Les amanides de guarnició tindran els següents ingredients: enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro, olives i oli d'oliva verge.

Els làctics seran: iogurts naturals o de sabors.

La fruita del mes serà: poma, pera, plàtan, mandarina i taronja.