

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				1 Sopa d'au Trita de patata amb amanida Fruita del temps Kcal. 768 Prot. 56g Lip. 17g HC 96g
4 Mongeta verda amb patata, pastanaga i oli d'oliva Rodanxa de lluç arrebossada amb amanida Fruita del temps Kcal. 609 Prot. 33g Lip. 14g HC 86g	5 Sopa d'escudella amb cigrons i minimandonguilles Cuixa de pollastre rostida amb patates fregides Làctic Kcal. 714 Prot. 31g Lip. 22g HC 98g	6 Tallarines amb tomàquet Truita de york amb amanida Fruita del temps Kcal. 730 Prot. 46g Lip. 22g HC 87g	7 Patates cuinades amb verdures i costella Hamburguesa de porc i vedella amb amanida Fruita del temps Kcal. 769 Prot. 43g Lip. 21g HC 102g	8 Arròs amb verdures Estofat de vedella amb xampinyons Fruita del temps Kcal. 708 Prot. 28g Lip. 28g HC 86g
11 <b>FESTA</b>	12 Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de bacallà amb amanida Fruita del temps Kcal. 724 Prot. 31g Lip. 28g HC 87g	13 Sopa de pescadors (brou casolà de peix, arròs i pasta fina) Pollastre a la planxa amb amanida Làctic Kcal. 761 Prot. 43g Lip. 21g HC 100g	14 Llenties estofades amb bacó (porro, pebrot, pastanaga i bacó) Truita de patata amb amanida Fruita del temps Kcal. 700 Prot. 27g Lip. 28g HC 85g	15 Crema de carbassó amb rostes Salsitxes amb patates fregides Fruita del temps Kcal. 758 Prot. 34g Lip. 26g HC 97g
18 Arròs amb gall dindi i xampinyons Fogoner al forn amb amanida Fruita del temps Kcal. 688 Prot. 49g Lip. 10g HC 98g	19 Sopa de l'àvia (brou casolà de pollastre i vedella i pasta) Mandonguilles amb calamars Fruita del temps Kcal. 705 Prot. 35g Lip. 32g HC 68g	20 Mongetes verdes amb patates Llom a la planxa amb amanida Fruita del temps Kcal. 728 Prot. 51g Lip. 17g HC 90g	21 Espaguetis a la carbonara (amb crema de llet i bacon) Fricandó de vedella amb xampinyons Fruita del temps Kcal. 631 Prot. 29g Lip. 23g HC 77g	22 Mongetes blanques estofades amb carbassa i botifarra Cordon bleu de gall dindi amb amanida Làctic Kcal. 706 Prot. 29g Lip. 26g HC 89g
25 Crema de carbassó Botifarra a la planxa amb seques Fruita del temps Kcal. 634 Prot. 31g Lip. 26g HC 69g	26 Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patates amb amanida Fruita del temps Kcal. 752 Prot. 52g Lip. 17g HC 95g	27 Cigrons amb verdures Llom a la planxa amb amanida Fruita del temps Kcal. 701 Prot. 50g Lip. 11g HC 98g	28 Pizza de tomàquet, pernil dolç, orenja i mozzarella Nuggets de pollastre amb patates fregides Làctic Kcal. 725 Prot. 38g Lip. 31g HC 73g	

Alimentant el Present, Alimentant el Futur

Febrer 2019

Santa Maria de Blanes

La vitamina C és la gran aliada per combatre els refredats, però sabies que a part dels cítrics, també hi ha verdures molt riques en aquesta vitamina com el bròquil i la coliflor?



**Agora**  
ol·lectivitats



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

Les amanides de guarnició tindran els següents ingredients: enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro i olives.  
Els làctics seran: iogurts naturals o de sabors, natilles, flams i iogurts líquids.  
La fruita de febrer serà: poma, pera, plàtan, taronja i mandarina.

CESNUT  
NUTRICIÓN  
Consultoría Nutricional



Estem treballant conjuntament amb Cesnút 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.