

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

**FESTIU**

3

Llenties estofades amb verdures  
Truita a la francesa  
Amanida  
Fruita de temporada  
Panet  
355 Kcal 13,4g Prot 26,8g Lip 14g Hc

4

Sopa de pistons  
Pollastre al forn  
Amanida  
Iogurt  
Panet  
578 Kcal 34,4g Prot 37,8g Lip 29g Hc

5

Crema de carbassó  
Filet de lluç al forn  
patates fregides  
Fruita de temporada  
Panet  
366 Kcal 20g Prot 19g Lip 28g Hc

6

Bròquil amb patata i pastanaga  
Llom a la planxa  
Patates al vapor  
Fruita de temporada  
Panet  
364 Kcal 19g Prot 19g Lip 30,9g Hc

7

10

Arròs integral amb tomàquet  
Filet de lluç al forn  
Amanida  
Fruita de temporada  
Panet  
451 Kcal 21,4g Prot 18,8g Lip 42g Hc

11

Mongeta tendra amb patata  
Cigrons amb arròs  
Fruita de temporada  
Panet  
258 Kcal 9g Prot 10g Lip 30g Hc

12

Crema de verdures amb crostons  
Pollastre rostit amb ceba  
Amanida  
Iogurt  
Panet  
419 Kcal 35,9g Prot 26,8g Lip 13g Hc

13

Llenties estofades amb verdures  
Truita de patata i carbassó  
Amanida  
Fruita de temporada  
Panet  
355 Kcal 10,4g Prot 22,8g Lip 25g Hc

14

Macarrons a la carbonara  
Varetes de lluç  
Amanida  
Fruita de temporada  
Panet  
674 Kcal 19,9g Prot 38,8g Lip 58g Hc

17

Patates estofades amb verdures  
Truita francesa amb formatge  
Amanida  
Fruita de temporada  
Panet  
404 Kcal 12,4g Prot 28,8g Lip 20g Hc

18

Espaguetis a la bolonyesa  
Rap al forn amb salsa  
Amanida  
Fruita de temporada  
Panet  
640 Kcal 30,4g Prot 35,8g Lip 45g Hc

19

Cigrons estofats amb carbassa  
Llom de porc  
Amanida  
Iogurt  
Panet  
457 Kcal 25,4g Prot 28,8g Lip 30g Hc

20

Crema de pastanaga i carbassa  
Estofat de gall d'indi amb verdures  
Fruita de temporada  
Panet  
353 Kcal 21g Prot 12g Lip 41g Hc

21

Paella de peix  
Salmó a la llimona  
Amanida  
Fruita de temporada  
Panet  
693 Kcal 33,4g Prot 40,8g Lip 50g Hc

24

Macarrons a la napolitana amb formatge  
Filet de lluç al forn  
Amanida  
Fruita de temporada  
Panet  
485 Kcal 25,4g Prot 23,8g Lip 42g Hc

25

Crema de pastanaga i carbassa  
Pollastre empanat  
Amanida  
Fruita de temporada  
Panet  
418 Kcal 18,4g Prot 18,8g Lip 47g Hc

26

Bròquil gratinat amb beixamel  
Llenties amb arròs  
Iogurt  
Panet  
540 Kcal 16,4g Prot 24,6g Lip 46g Hc

27

Sopa de pistons  
Truita de patata amb espinacs  
Amanida  
Fruita de temporada  
Panet  
424 Kcal 5,4g Prot 28,8g Lip 36g Hc

28

Arròs tres delícies  
Mandonguilles mixtes a la jardineria  
Amanida  
Fruita de temporada  
Panet  
521 Kcal 17,6g Prot 29,4g Lip 53g Hc

31

Escudella  
i Carn d'olla  
Fruita de temporada  
Panet  
482 Kcal 21g Prot 29g Lip 27g Hc

CATASA N.º R.S. (26.08657/CAT). Menú elaborat por Inés Varas Fernández, 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.

