

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

11

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

12

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.

