LILLET A GÜELL

BASAL

OCTUBRE 2025

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
DIA	**DIA**	**DIA 1**	**DIA 2**	**DIA 3**
		Sopa d'au amb arròs Lluç a l'andalusa Enciam, blat de moro i tomàquet logurt *562 Kcal 35g Prot 33,5g Lip 33g Hc*	Amanida russa Mongetes blanques estofades amb verdures - Fruita de temporada *342 Kcal 18,4g Prot 12g Lip 38,6g Hc*	Espirals amb verdures Filet de gallineta al forn Rodanxes de carbassó arrebossat Fruita de temporada *316 Kcal 8,4g Prot 10,9g Lip 45g Hc*
DIA 6	**DIA 7**	**DIA 8**	**DIA 9**	**DIA 10**
Coliflor gratinada amb beixamel Saltejat de cigrons i espinacs a l'allet - Fruita de temporada *388 Kcal 19,6g Prot 11,8g Lip 51g Hc*	Paella marinera Salsitxes de porc amb samfaina - Fruita de temporada *609 Kcal 38,7g Prot 21,3g Lip 65,4g Hc*	Macarrons a la bolonyesa Truita a la francesa Tomàquet amanit logurt *562 Kcal 20,2g Prot 28,9g Lip 58g Hc*	Bròquil, patata i pastanaga Salmó a la llimona Enciam, blat de moro i tomàquet Fruita de temporada *370 Kcal 26g Prot 23,8g Lip 12,5g Hc*	Crema de porro Llenties estofades amb pernil serrà - Fruita de temporada *283 Kcal 20,4g Prot 7,5g Lip 33,2g Hc*
DIA 13	**DIA 14**	**DIA 15**	**DIA 16**	**DIA 17**
Minestra de verdures Llimanda a la marinera - Fruita de temporada *203 Kcal 22,5g Prot 9,6g Lip 5,7g Hc*	Saltat de pèsols negres del Berguedà amb cansalada Cordon bleu de gall dindi Tomàquet al forn Fruita de temporada *283 Kcal 17,4g Prot 16,2g Lip 16,4g Hc*	Arròs tres delícies Pollastre a l'allet Rodanxes de carbassó a la planxa logurt *446 Kcal 33,6g Prot 24,6g Lip 25,7g Hc*	Espaguetis a la carbonara Remenat d'ou amb verdures - Fruita de temporada *562 Kcal 23,7g Prot 33,8g Lip 39,4g Hc*	Crema de pastanaga Mongetes blanques estofades amb verdures - Fruita de temporada *283 Kcal 15,5g Prot 6,3g Lip 40,8g Hc*
DIA 20	**DIA 21**	**DIA 22**	**DIA 23**	**DIA 24**
Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i carbassó Tomàquet amanit Fruita de temporada *473 Kcal 9,2g Prot 24,7g Lip 54g Hc*	Crema de carbassó Llenties estofades amb quinoa - Fruita de temporada *286 Kcal 15,6g Prot 6,1g Lip 101,1g Hc*	Fideuà de verdures Pollastre rostit amb ceba - logurt *599 Kcal 42,5g Prot 24,8g Lip 69,6g Hc*	Patates estofades amb verdures Llom a la italiana Enciam, pastanaga i olives Fruita de temporada *341 Kcal 24,9g Prot 18,3g Lip 19,1g Hc*	Cigrons estofats amb verdures Filet de lluç al forn Enciam, blat de moro i tomàquet Fruita de temporada *378 Kcal 25,8g Prot 17,6g Lip 28,5g Hc*
DIA 27	**DIA 28**	**DIA 29**	**DIA 30**	**DIA 31**
Paella de verdures Pernilets de pollastre al forn Tomàquet al forn Fruita de temporada *423 Kcal 33,7g Prot 12,6g Lip 42,9g Hc*	Bròquil amb patata Lluç a l'andalusa Enciam, pastanaga i olives Fruita de temporada *446 Kcal 30,5g Prot 23,8g Lip 27,3g Hc*	Llenties estofades amb verdures Ous durs amb pernil dolç Enciam, blat de moro, pastanaga logurt *294 Kcal 21,1g Prot 10g Lip 33g Hc*	Macarrons amb verdures Salmó al forn Enciam, blat de moro i tomàquet Fruita de temporada *570 Kcal 32,4g Prot 27g Lip 47,8g Hc*	Crema de verdures Mandonguilles mixtes a la jardinera - Fruita de temporada *432 Kcal 18,1g Prot 30,1g Lip 46,4g Hc*

Tots els àpats van acompanyat d'una ració de pa.
CATASA N.º R.S. (26.08657/CAT). Menú elaborat per Clara Palma Castellano (CAT002165), 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·lèrgens 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.

Catasa