



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat **MENÚ JULIOL 2025**



SETMANA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:3989 hidrats(gr):265,3 lipids(gr):154,1 proteïnes:134,4 (gr) del30al6	Amanida russa Truita de francesa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Pollastre rostit amb enciam i blat de moro natural Fruita del temps	Pizza ecològica i de proximitat Hamburgueses de verdures amb tomàquet natural Fruita del temps	Arròs tres delices Mandonguilles de vedella amb bolets Fruita del temps	Espirals ecològics amb tomàquet natural Filet de llenguado amb veduretes iogurt
kcal:3988 hidrats(gr):265,3 lipids(gr):154,1 proteïnes:134,4 (gr) del07al13	Crema freda de carbassó Botifarra a la planxa amb enciam i olives Fruita del temps	Llacets de colors amb tomàquet natural i formatge rallat Filet de llenguado al forn amb daus de carbassa Fruita del temps	Llenties naturals saltejades Truita de francesa amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita del temps	Amanida russa Pollastre rostit al forn amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Arròs amb tomàquet natural sofregit Hamburgueses de vedella amb patates xef iogurt
kcal:3997 hidrats(gr):267,2 lipids(gr):155,5 proteïnes:133,3 (gr) del14al20	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Escalopes de llom amb amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Truita de tonyina amb amanida amb pastanaga Fruita del temps	Espaguetis ecològics amb tomàquet natural Salsitxes a la planxa amb tomàquet amanit Fruita del temps	Arròs tres delices Cueta de rap a la romana amb veduretes Fruita del temps	Pizza ecològica i de proximitat Mandonguilles de vedella amb xampinyons iogurt
kcal:3994 hidrats(gr):266 lipids(gr):156 proteïnes:132 (gr) del 21al27	Crema freda de carbassó natural Filet de llenguado al forn amb veduretes Fruita del temps	Entremés Botifarra a la planxa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de carbassó amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita del temps	Llenties naturals saltejades Hamburguesa de col i flor amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita del temps	Lasanya casolana de carn gratinada Croquetes de bacallà amb amb patates rosses iogurt
kcal:3997 hidrats(gr):267,2 lipids(gr):155,5 proteïnes:133,3 (gr) del 28al1	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Botifarra a la planxa amb veduretes Fruita del temps	Amanida de pasta de proximitat (tomàquet-tonyina-olives-blats) Truita de francesa amb carbassó planxa Fruita de temporada	Arròs tres delices Pollastre rostit amb xampinyons Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) saltejats Hamburguesa de verdures amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Amanida russa Filet de llenguado amb amb pisto de verdures iogurt

MENUS SUPERVISATS MICROBIOLOGICAMENT PER LABORATORIS COBAC SA.

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Taronja - Platan - Kiwi - Maduixes - Meló - Pressec - Sindria - Marcoc- **color taronja (producte de proximitat)**

Les verdures i hortalisses són aliments rics en vitamines, sals minerals i fibra. Imprescindibles per al bon creixement.