



cantábrico
- CÀTERING DES DE 1975 -

La Dietista-Nutricionista
ens diu:

Què podem berenar?

- Fruita sencera
- Fruita en macedònia
- logurt natural amb fruits secs
- Entrepà de formatge
- Entrepà d'alvocat
- Entrepà amb crema de fruits secs
- logurt natural amb fruita trossejada
- Batut de fruites casolà
- logurt amb trossets de fruita
- Galetes de civada i plàtan

Menú Escolar – Novembre 2020

Menú diari
Valor nutricional

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<p>2</p> <p>Macarrons amb tomàquet Hamburguesa de vedella amb enciam i pastanaga Fruita de temporada</p> <p>Kc 704 Prot 26,4 Glu 66,28 Gr 24,5</p>	<p>3</p> <p>Crema de verdures Cordon bleu de gall dindi al forn amb xips Fruita de temporada</p> <p>Kc 676 Prot 26,8 Glu 67,28 Gr 25,2</p>	<p>4</p> <p>Cuit de cigrons Truita de patata amb enciam i blat de moro Fruita de temporada</p> <p>Kc 676 Prot 24,7 Glu 64,29 Gr 23,2</p>	<p>5</p> <p>Paella Valenciana Seitons arrebossats (sense espines) amb tomàquet amanit Fruita de temporada</p> <p>Kc 689 Prot 26,3 Glu 66,19 Gr 23,2</p>	<p>6</p> <p>Brou d'au amb pasta Pit de pollastre al forn amb amanida logurt natural</p> <p>Kc 712 Prot 27,52 Glu 65,34 Gr 25,7</p>
<p>9</p> <p>Llenties amb verdures Nuggets de pollastre amb amanida Fruita de temporada</p> <p>Kc 723 Prot 25,8 Glu 69,21 Gr 25,3</p>	<p>10</p> <p>Arròs tres delícies Lluç a la planxa amb enciam Fruita de temporada</p> <p>Kc 695 Prot 25,8 Glu 67,32 Gr 25,8</p>	<p>11</p> <p>Mongeta tendra amb patata Botifarra de porc al forn amb tomàquet amanit Fruita de temporada</p> <p>Kc 726 Prot 26,38 Glu 71,21 Gr 25,8</p>	<p>12</p> <p>Crema de carbassó "Bocaditos" de rosada amb amanida Fruita de temporada</p> <p>Kc 676 Prot 24,8 Glu 69,24 Gr 24,5</p>	<p>13</p> <p>Espirals amb tomàquet i xampinyons Truita de pernil dolç amb enciam i cogombre logurt natural</p> <p>Kc 723 Prot 27,5 Glu 66,25 Gr 23,2</p>
<p>16</p> <p>Arròs amb verduretes Bistec de porc empanat amb patates xips Fruita de temporada</p> <p>Kc 699 Prot 27,5 Glu 71,72 Gr 27,8</p>	<p>17</p> <p>Crema de carbassa Pernilets de pollastre al chilindrón Fruita de temporada</p> <p>Kc 696 Prot 26,4 Glu 71,76 Gr 27,8</p>	<p>18</p> <p>Macarrons a la italiana (amb tomàquet i orenga) Lluç amb york i formatge amb enciam i cogombre Fruita de temporada</p> <p>Kc 697 Prot 26,6 Glu 71,51 Gr 23,8</p>	<p>19</p> <p>Sopa casolana de peix Estofat de gall dindi al forn amb verduretes Fruita de temporada</p> <p>Kc 712 Prot 28,5 Glu 72,90 Gr 27,5</p>	<p>20</p> <p>Mongetes blanques guisades amb pastanagues Truita de carbassó i patata amb tomàquet amanit logurt natural</p> <p>Kc 723 Prot 28,2 Glu 72,53 Gr 27,5</p>
<p>23</p> <p>Espaguetis a la carbonara Calamars a la romana amb amanida Fruita de temporada</p> <p>Kc 725 Prot 27,5 Glu 71,53 Gr 26,4</p>	<p>24</p> <p>Cigrons amb ibèrics Truita de verdura i patata amb enciam i cogombre Fruita de temporada</p> <p>Kc 669 Prot 27,8 Glu 71,81 Gr 28,5</p>	<p>25</p> <p>Arròs blanc amb sofregit de tomàquet Lluç a la planxa amb enciam i olives Fruita de temporada</p> <p>Kc 667 Prot 27,9 Glu 73,58 Gr 27,5</p>	<p>26</p> <p>Sopa de pollastre amb pasta Mandonguilles de vedella a la jardineria Fruita de temporada</p> <p>Kc 676 Prot 26,5 Glu 71,24 Gr 27,5</p>	<p>27</p> <p>Minestra de verdures Pollastre al forn amb el seu suc logurt natural</p> <p>Kc 701 Prot 26,5 Glu 71,28 Gr 27,5</p>
<p>30</p> <p>Arròs blanc amb pèsols Hamburguesa de vedella amb enciam i cogombre Fruita de temporada</p> <p>Kc 721 Prot 28,5 Glu 73,54 Gr 27,1</p>				

Escola **SGR. COR. BESOS**

R.E.S.I.P.A.C 26.4388/CAT N.R.S. 26 01796 B

Menús revisats per Cristina Ballester
de Cendra . Diplomada en Nutrició
Humana i Dietètica
Número de col·legiada CAT001089