

SENSE CARN - Novembre 2024

Menú diari
Valor nutricional



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				FESTA
FESTA	<p>5</p> <p>Cigrons estofat amb verdures Lluç al forn amb amanida Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 695 Prot 25,8 Glu 67,32 Gr 25,6</i></p>	<p>6</p> <p>Mongeta verda i patata Hamburguesa vegetal amb tomàquet provençal Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 726 Prot 26,38 Glu 71,21 Gr 25,8</i></p>	<p>7</p> <p>Sopa casolana de verdures Calamars a la romana amb amanida Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 676 Prot 24,8 Glu 69,24 Gr 24,5</i></p>	<p>8</p> <p>Arròs tres delícies Trita de patata i formatge amb enciam i cogombre logurt</p> <p><i>Kc 723 Prot 27,5 Glu 66,25 Gr 23,2</i></p>
<p>11</p> <p>Llacets amb tomàquet Daus de Rosada arrebossats al forn amb amanida Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 734 Prot 25,1 Glu 72,21 Gr 26,4</i></p>	<p>12</p> <p>Sopa marinera de lluç Trita francesa amb guarnició Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 696 Prot 26,4 Glu 71,76 Gr 27,8</i></p>	<p>13</p> <p>Arròs amb sofregit de tomàquet Suprema de lluç a la planxa amb enciam i olives Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 731 Prot 28,16 Glu 70,24 Gr 25,1</i></p>	<p>14</p> <p>Crema de carbassó amb rostets Hamburguesa vegetal amb guarnició Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 723 Prot 28,2 Glu 72,53 Gr 27,5</i></p>	<p>15</p> <p>Llenties de l'àvia Trita de patata i carbassó amb tomàquet amanit logurt</p> <p><i>Kc 712 Prot 28,5 Glu 72,90 Gr 27,5</i></p>
<p>18</p> <p>Arròs blanc amb pèsols Lluç arrebossat amb enciam i olives Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 725 Prot 27,5 Glu 71,53 Gr 26,4</i></p>	<p>19</p> <p>Sopa casolana de verdures Hamburguesa vegetal amb patata al caliu Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 701 Prot 26,5 Glu 71,28 Gr 27,5</i></p>	<p>20</p> <p>Bròquil amb patata Lluç al forn amb pastanaga i xampinyons Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 726 Prot 27,1 Glu 73,24 Gr 27,7</i></p>	<p>21</p> <p>Mongetes pintes guisades amb hortalisses Trita de patata i verdures amb tomàquet amanit Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 763 Prot 22,18 Glu 63,29 Gr 24,1</i></p>	<p>22</p> <p>Macarrons amb tomàquet Crestes de tonyina amb xips logurt</p> <p><i>Kc 699 Prot 27,8 Glu 71,81 Gr 28,5</i></p>
<p>25</p> <p>Llenties amb verdures Croquetes casolanes de bacallà amb amanida verda Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 781 Prot 27,5 Glu 74,26 Gr 27,7</i></p>	<p>26</p> <p>Arròs amb sofregit de tomàquet Trita de patata amb enciam i pastanaga Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 721 Prot 28,5 Glu 73,54 Gr 27,1</i></p>	<p>27</p> <p>Sopa casolana de verdures Mandonguilles de vegetals a la jardineria Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 681 Prot 24,5 Glu 65,38 Gr 24,5</i></p>	<p>28</p> <p>Espaguetis a la carbonara Lluç al forn amb amanida Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 712 Prot 25,32 Glu 71,25 Gr 25,8</i></p>	<p>29</p> <p>Mongeta tendra amb patata i ou dur Hamburguesa coliflor i formatge amb tomàquet amanit logurt</p> <p><i>Kc 678 Prot 25,9 Glu 64,24 Gr 24,8</i></p>



cantábrico
- CÀTERING DES DE 1975 -

La Dietista- Nutricionista ens diu:

Es consideren aliments de temporada aquells que es troben en el punt òptim de consum, i que només estan disponibles al mercat, de manera natural, durant un cert període de temps en algun moment de l'any, a causa del cicle biològic.

A la tardor podem trobar moniatos, bolets, caquis, magranes, clementines, entre d'altres,...
Quin t'agrada més?

CENTRE **SAGRAT COR DEL BESÒS**

Menús revisats per: Cristina Ballester de Cendra - Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Número de col·legiada: CAT001099

R.E.S.I.P.A.C. 26.4388/CAT. N.R.S. 26.01796-B

SENSE PORC - Novembre 2024

Menú diari
Valor nutricional



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				FESTA
FESTA	<p>5</p> <p>Cigrons estofat amb verdures Lluç al forn amb amanida Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 695 Prot 25,8 Glu 67,32 Gr 25,8</i></p>	<p>6</p> <p>Mongeta verda i patata Salsitxes d'au casolanes al forn amb tomàquet provençal Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 726 Prot 26,38 Glu 71,21 Gr 25,8</i></p>	<p>7</p> <p>Sopa casolana de pollastre Calamars a la romana amb amanida Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 676 Prot 24,8 Glu 69,24 Gr 24,5</i></p>	<p>8</p> <p>Arròs tres delícies Trita de patata i formatge amb enciam i cogombre logurt</p> <p><i>Kc 723 Prot 27,5 Glu 66,25 Gr 23,2</i></p>
<p>11</p> <p>Llacets amb tomàquet Daus de Rosada arrebossats al forn amb amanida Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 734 Prot 25,1 Glu 72,21 Gr 26,4</i></p>	<p>12</p> <p>Sopa marinera de lluç Pernilets de pollastre al forn amb salsa de poma Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 696 Prot 26,4 Glu 71,76 Gr 27,8</i></p>	<p>13</p> <p>Arròs amb sofregit de tomàquet Suprema de lluç a la planxa amb enciam i olives Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 731 Prot 28,16 Glu 70,24 Gr 25,1</i></p>	<p>14</p> <p>Crema de carbassó amb rostets Hamburguesa de pollastre amb guarnició Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 723 Prot 28,2 Glu 72,53 Gr 27,5</i></p>	<p>15</p> <p>Llenties de l'àvia Trita de patata i carbassó amb tomàquet amanit logurt</p> <p><i>Kc 712 Prot 28,5 Glu 72,90 Gr 27,5</i></p>
<p>18</p> <p>Arròs blanc amb pèsols Lluç arrebossat amb enciam i olives Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 725 Prot 27,5 Glu 71,53 Gr 26,4</i></p>	<p>19</p> <p>Sopa casolana de verdures Salsitxes d'au casolanes al forn amb patata al caliu Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 701 Prot 26,5 Glu 71,28 Gr 27,5</i></p>	<p>20</p> <p>Bròquil amb patata Daus de gall dindi en salsa amb pastanaga i xampinyons Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 726 Prot 27,1 Glu 73,24 Gr 27,7</i></p>	<p>21</p> <p>Mongetes pintes guisades amb hortalisses Trita de patata i verdures amb tomàquet amanit Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 763 Prot 22,18 Glu 63,29 Gr 24,1</i></p>	<p>22</p> <p>Macarrons amb tomàquet Pollastre al forn en el seu suc amb xips logurt</p> <p><i>Kc 699 Prot 27,8 Glu 71,81 Gr 28,5</i></p>
<p>25</p> <p>Llenties amb verdures Croquetes casolanes de bacallà amb amanida verda Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 781 Prot 27,5 Glu 74,26 Gr 27,7</i></p>	<p>26</p> <p>Arròs amb sofregit de tomàquet Trita de patata amb enciam i pastanaga Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 721 Prot 28,5 Glu 73,54 Gr 27,1</i></p>	<p>27</p> <p>Sopa casolana de verdures Mandonguilles de vedella a la jardineria Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 681 Prot 24,5 Glu 65,38 Gr 24,5</i></p>	<p>28</p> <p>Espaguetis a la carbonara Lluç al forn amb amanida Fruita de temporada</p> <p><i>Kc 712 Prot 25,32 Glu 71,25 Gr 25,8</i></p>	<p>29</p> <p>Mongeta tendra amb patata i ou dur Pit de pollastre arrebossat amb tomàquet amanit logurt</p> <p><i>Kc 678 Prot 25,9 Glu 64,24 Gr 24,8</i></p>



cantábrico
- CÀTERING DES DE 1975 -

La Dietista-Nutricionista ens diu:

Es consideren aliments de temporada aquells que es troben en el punt òptim de consum, i que només estan disponibles al mercat, de manera natural, durant un cert període de temps en algun moment de l'any, a causa del cicle biològic.

A la tardor podem trobar moniatos, bolets, caquis, magranes, clementines, entre d'altres,...
Quin t'agrada més?

CENTRE **SAGRAT COR DEL BESÒS**

Menús revisats per: Cristina Ballester de Cendra - Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Número de col·legiada: CAT001099

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

SENSE OU - Novembre 2024

Menú diari
Valor nutricional



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

				FESTA
FESTA	5 Cigrons estofat amb verdures Lluç al forn amb amanida Fruita de temporada Kc 695 Prot 25,8 Glu 67,32 Gr 25,8	6 Mongeta verda i patata Salsitxes de porc al forn amb tomàquet provençal Fruita de temporada Kc 726 Prot 26,38 Glu 71,21 Gr 25,8	7 Sopa casolana de pollastre Bacallà al forn amb amanida Fruita de temporada Kc 676 Prot 24,8 Glu 69,24 Gr 24,5	8 Arròs tres delícies Pit de pollastre a la planxa amb enciam i cogombre Làctic soja Kc 723 Prot 27,5 Glu 66,25 Gr 23,2
11 Llacets amb tomàquet Daus de Rosada arrebossats al forn amb amanida Fruita de temporada Kc 734 Prot 25,1 Glu 72,21 Gr 26,4	12 Sopa marinera de lluç Pernilets de pollastre al forn amb guarnició Fruita de temporada Kc 696 Prot 26,4 Glu 71,76 Gr 27,8	13 Arròs amb sofregit de tomàquet Lluç a la planxa amb enciam i olives Fruita de temporada Kc 731 Prot 28,16 Glu 70,24 Gr 25,1	14 Crema de carbassó amb rostets Llonça de porc a la planxa amb amanida Fruita de temporada Kc 723 Prot 28,2 Glu 72,53 Gr 27,5	15 Llenties de l'àvia Pit de pollastre a la planxa amb tomàquet amanit logurt Kc 712 Prot 28,5 Glu 72,90 Gr 27,5
18 Arròs blanc amb pèsols Lluç al forn amb enciam i olives Fruita de temporada Kc 725 Prot 27,5 Glu 71,53 Gr 26,4	19 Sopa casolana de verdures Botifarra de pagès amb patata al caliu Fruita de temporada Kc 701 Prot 26,5 Glu 71,28 Gr 27,5	20 Bròquil amb patata Daus de gall dindi en salsa amb pastanaga i xampinyons Fruita de temporada Kc 726 Prot 27,1 Glu 73,24 Gr 27,7	21 Mongetes pintes guisades amb hortalisses Lluç a la planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada Kc 763 Prot 22,18 Glu 63,29 Gr 24,1	22 Macarrons amb tomàquet Pollastre al forn en el seu suc amb xips logurt Kc 699 Prot 27,8 Glu 71,81 Gr 28,5
25 Llenties amb verdures Bacallà al forn amb amanida verda Fruita de temporada Kc 781 Prot 27,5 Glu 74,26 Gr 27,7	26 Arròs amb sofregit de tomàquet Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Kc 721 Prot 28,5 Glu 73,54 Gr 27,1	27 Sopa d'olla Mandonguilles de vedella a la jardineria Fruita de temporada Kc 681 Prot 24,5 Glu 65,38 Gr 24,5	28 Espaguetis amb tomàquet Lluç al forn amb amanida Fruita de temporada Kc 712 Prot 25,32 Glu 71,25 Gr 25,8	29 Mongeta verda i patata Pit de pollastre al forn amb tomàquet amanit logurt Kc 678 Prot 25,9 Glu 64,24 Gr 24,8



cantábrico
- CÀTERING DES DE 1975 -

La Dietista-Nutricionista ens diu:

Es consideren aliments de temporada aquells que es troben en el punt òptim de consum, i que només estan disponibles al mercat, de manera natural, durant un cert període de temps en algun moment de l'any, a causa del cicle biològic.

A la tardor podem trobar moniatos, bolets, caquis, magranes, clementines, entre d'altres,...
Quin t'agrada més?

CENTRE **SAGRAT COR DEL BESÒS**

Menús revisats per: Cristina Ballester de Cendra - Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Número de col·legiada: CAT001099

R.E.S.I.P.A.C. 28.4388/CAT. N.R.S. 26.01798-B

SENSE LACTOSA NI PROT. LLET VACA - Novembre 2024

Menú diari
Valor nutricional



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				FESTA
FESTA	<p>5</p> <p>Cigrons estofat amb verdures Lluç al forn amb guarnició Fruita de temporada</p> <p>Kc 695 Prot 25,8 Glu 67,32 Gr 25,8</p>	<p>6</p> <p>Mongeta verda i patata Salsitxes de porc al forn amb tomàquet provençal Fruita de temporada</p> <p>Kc 726 Prot 26,38 Glu 71,21 Gr 25,8</p>	<p>7</p> <p>Sopa casolana de pollastre Bacallà al forn amb amanida Fruita de temporada</p> <p>Kc 676 Prot 24,8 Glu 69,24 Gr 24,5</p>	<p>8</p> <p>Arròs tres delícies Trita de patata amb enciam i cogombre Làctic sense lactosa</p> <p>Kc 723 Prot 27,5 Glu 66,25 Gr 23,2</p>
<p>11</p> <p>Llacets amb tomàquet Daus de Rosada arrebossats al forn amb amanida Fruita de temporada</p> <p>Kc 734 Prot 25,1 Glu 72,21 Gr 26,4</p>	<p>12</p> <p>Sopa marinera de lluç Pernilets de pollastre al forn amb salsa de poma Fruita de temporada</p> <p>Kc 696 Prot 26,4 Glu 71,76 Gr 27,8</p>	<p>13</p> <p>Arròs amb sofregit de tomàquet Lluç a la planxa amb enciam i olives Fruita de temporada</p> <p>Kc 731 Prot 28,16 Glu 70,24 Gr 25,1</p>	<p>14</p> <p>Crema de carbassó amb rostets Llonça de porc a la planxa amb amanida Fruita de temporada</p> <p>Kc 723 Prot 28,2 Glu 72,53 Gr 27,5</p>	<p>15</p> <p>Llenties de l'àvia Trita de patata i carbassó amb tomàquet amanit Làctic sense lactosa</p> <p>Kc 712 Prot 28,5 Glu 72,90 Gr 27,5</p>
<p>18</p> <p>Arròs blanc amb pèsols Lluç al forn amb enciam i olives Fruita de temporada</p> <p>Kc 725 Prot 27,5 Glu 71,53 Gr 26,4</p>	<p>19</p> <p>Sopa casolana de verdures Botifarra de pagès amb patata al caliu Fruita de temporada</p> <p>Kc 701 Prot 26,5 Glu 71,28 Gr 27,5</p>	<p>20</p> <p>Bròquil amb patata Daus de gall dindi en salsa amb pastanaga i xampinyons Fruita de temporada</p> <p>Kc 726 Prot 27,1 Glu 73,24 Gr 27,7</p>	<p>21</p> <p>Mongetes pintes guisades amb hortalisses Trita de patata i verdures amb tomàquet amanit Fruita de temporada</p> <p>Kc 763 Prot 22,18 Glu 63,29 Gr 24,1</p>	<p>22</p> <p>Macarrons amb tomàquet Pollastre al forn en el seu suc amb xips Làctic sense lactosa</p> <p>Kc 699 Prot 27,8 Glu 71,81 Gr 28,5</p>
<p>25</p> <p>Llenties amb verdures Bacallà al forn amb amanida verda Fruita de temporada</p> <p>Kc 781 Prot 27,5 Glu 74,26 Gr 27,7</p>	<p>26</p> <p>Arròs amb sofregit de tomàquet Trita de patata amb enciam i pastanaga Fruita de temporada</p> <p>Kc 721 Prot 28,5 Glu 73,54 Gr 27,1</p>	<p>27</p> <p>Sopa d'olla Mandonguilles de vedella a la jardineria Fruita de temporada</p> <p>Kc 681 Prot 24,5 Glu 65,38 Gr 24,5</p>	<p>28</p> <p>Espaguetis amb tomàquet Lluç al forn amb amanida Fruita de temporada</p> <p>Kc 712 Prot 25,32 Glu 71,25 Gr 25,8</p>	<p>29</p> <p>Mongeta tendra amb patata i ou dur Pit de pollastre arrebossat amb tomàquet amanit Làctic sense lactosa</p> <p>Kc 678 Prot 25,9 Glu 64,24 Gr 24,8</p>

 **cantábrico**
- CÀTERING DES DE 1975 -

La Dietista-Nutricionista ens diu:

Es consideren aliments de temporada aquells que es troben en el punt òptim de consum, i que només estan disponibles al mercat, de manera natural, durant un cert període de temps en algun moment de l'any, a causa del cicle biològic.

A la tardor podem trobar moniatos, bolets, caquis, magranes, clementines, entre d'altres,...
Quin t'agrada més?

CENTRE **SAGRAT COR DEL BESÒS**

Menús revisats per: Cristina Ballester de Cendra - Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Número de col·legiada: CAT001099

R.E.S.I.P.A.C. 26.4388/CAT. N.R.S. 26.01796-B

PROFESSOR VERDURA/PLANXA - Novembre 2024

Menú diari
Valor nutricional



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

				FESTA
FESTA	5 Verdura temporada i patata Lluç al forn amb guarnició Fruita de temporada <i>Kc 695 Prot 25,8 Glu 67,32 Gr 25,6</i>	6 Verdura temporada i patata Salsitxes d'au casolanes al forn amb guarnició Fruita de temporada <i>Kc 726 Prot 26,38 Glu 71,21 Gr 25,8</i>	7 Verdura temporada i patata Bacallà al forn amb guarnició Fruita de temporada <i>Kc 676 Prot 24,8 Glu 69,24 Gr 24,5</i>	8 Verdura temporada i patata Truita francesa amb guarnició logurt <i>Kc 723 Prot 27,5 Glu 66,25 Gr 23,2</i>
11 Verdura temporada i patata Bacallà al forn amb guarnició Fruita de temporada <i>Kc 734 Prot 25,1 Glu 72,21 Gr 26,4</i>	12 Verdura temporada i patata Pernilets de pollastre al forn amb guarnició Fruita de temporada <i>Kc 696 Prot 26,4 Glu 71,76 Gr 27,8</i>	13 Verdura temporada i patata Lluç a la planxa amb guarnició Fruita de temporada <i>Kc 731 Prot 28,16 Glu 70,24 Gr 25,1</i>	14 Verdura temporada i patata Hamburguesa de vedella amb guarnició Fruita de temporada <i>Kc 723 Prot 28,2 Glu 72,53 Gr 27,5</i>	15 Verdura temporada i patata Truita francesa amb guarnició logurt <i>Kc 712 Prot 28,5 Glu 72,90 Gr 27,5</i>
18 Verdura temporada i patata Lluç al forn amb guarnició Fruita de temporada <i>Kc 725 Prot 27,5 Glu 71,53 Gr 26,4</i>	19 Verdura temporada i patata Salsitxes d'au casolanes al forn amb guarnició Fruita de temporada <i>Kc 701 Prot 26,5 Glu 71,28 Gr 27,5</i>	20 Verdura temporada i patata Gall dindi a la planxa amb guarnició Fruita de temporada <i>Kc 726 Prot 27,1 Glu 73,24 Gr 27,7</i>	21 Verdura temporada i patata Truita francesa amb guarnició Fruita de temporada <i>Kc 763 Prot 22,18 Glu 63,29 Gr 24,1</i>	22 Verdura temporada i patata Pollastre al forn en el seu suc amb guarnició logurt <i>Kc 699 Prot 27,8 Glu 71,81 Gr 28,5</i>
25 Verdura temporada i patata Bacallà al forn amb guarnició Fruita de temporada <i>Kc 781 Prot 27,5 Glu 74,26 Gr 27,7</i>	26 Verdura temporada i patata Truita francesa amb guarnició Fruita de temporada <i>Kc 721 Prot 28,5 Glu 73,54 Gr 27,1</i>	27 Verdura temporada i patata Bistec de vedella a la planxa amb guarnició Fruita de temporada <i>Kc 681 Prot 24,5 Glu 65,38 Gr 24,5</i>	28 Verdura temporada i patata Lluç al forn amb guarnició Fruita de temporada <i>Kc 712 Prot 25,32 Glu 71,25 Gr 25,8</i>	29 Verdura temporada i patata Pit de pollastre al forn amb guarnició logurt <i>Kc 678 Prot 25,9 Glu 64,24 Gr 24,8</i>



cantábrico
- CÀTERING DES DE 1975 -

La Dietista-Nutricionista ens diu:

Es consideren aliments de temporada aquells que es troben en el punt òptim de consum, i que només estan disponibles al mercat, de manera natural, durant un cert període de temps en algun moment de l'any, a causa del cicle biològic.

A la tardor podem trobar moniatos, bolets, caquis, magranes, clementines, entre d'altres,...
Quin t'agrada més?

CENTRE **SAGRAT COR DEL BESÒS**

Menús revisats per: Cristina Ballester de Cendra - Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Número de col·legiada: CAT001099

R.E.S.I.P.A.C. 26.4388/CAT. N.R.S. 26.01796-B