



cantábrico
- CÀTERING DES DE 1975 -

La Dietista-Nutricionista ens diu:

Feliç tornada!!!!

Aproveu els dies de més calor d'aquest mes per continuar fent sortides a la platja o a la piscina. Nedar o jugar dins l'aigua és una activitat molt saludable.

Excursions per la muntanya o passejar per la ciutat, gaudir de l'aire lliure i del sol.

Mantenir les sortides a l'aire lliure i al sol durant tot l'any és un hàbit molt saludable. No el perdís!

SENSE CARN - Setembre 2025

Menú diari
Valor nutricional

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
8 Macarrons amb tomàquet i formatge Crestes de formatge amb xips Fruita de temporada	9 Crema de carbassó Medalló de salmó i carbassa amb amanida i espinacs Fruita de temporada	10 Arròs tres delícies Truita de patata i formatge amb tomàquet provençal Fruita de temporada	11 FESTIU	12 Cigrons estofat amb verdures Lluç al forn amb amanida logurt
15 Arròs amb sofregit de tomàquet amb ou dur Hamburguesa vegetal amb amanida i tonyina Fruita de temporada	16 Mongetes blanques guisades amb pastanaga Truita de patata i ceba amb tomàquet amanit Fruita de temporada	17 Espaguetis a la carbonara Llom de Lluç amb amanida i cànons Fruita de temporada	18 Crema de carbassa Truita francesa amb guarnició Fruita de temporada	19 Ensaladilla russa Croquetes casolanes de bacallà amb enciam i pastanaga logurt
22 Llenties amb hortalisses Rap a la marinera Fruita de temporada	23 Arròs amb verdures Truita de patata amb amanida i formatge Fruita de temporada	24 FESTIU	25 Bròquil amb patata Truita francesa amb guarnició Fruita de temporada	26 Sopa marinera de lluç Hamburguesa vegetal amb enciam i tomàquet logurt
29 Canelons de espinacs Bastonets de lluç amb enciam i cogombre Fruita de temporada	30 Cigrons estofat amb verdures Truita francesa amb tomàquet amanit Fruita de temporada			

Escola **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. 26.4368/CAT. N.R.S. 26/01796-B



cantábrico
- CÀTERING DES DE 1975 -

La Dietista-Nutricionista ens diu:

Feliç tornada!!!!

Aproveu els dies de més calor d'aquest mes per continuar fent sortides a la platja o a la piscina. Nedar o jugar dins l'aigua és una activitat molt saludable.

Excursions per la muntanya o passejar per la ciutat, gaudir de l'aire lliure i del sol.

Mantenir les sortides a l'aire lliure i al sol durant tot l'any és un hàbit molt saludable. No el perdís!

SENSE PORC - Setembre 2025

Menú diari
Valor nutricional

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

8 Macarrons amb tomàquet i formatge Cordon blau de gall dindi amb xips Fruita de temporada	9 Crema de carbassó Medalló de salmó i carbassa amb amanida i espinacs Fruita de temporada	10 Arròs tres delícies Truita de patata i formatge amb tomàquet provençal Fruita de temporada	11 FESTIU	12 Cigrons estofats amb verdures Pit de pollastre al forn amb amanida logurt
15 Arròs amb sofregit de tomàquet amb ou dur Salsitxes d'ou casolanes al forn amb amanida i tonyina Fruita de temporada	16 Mongetes blanques guisades amb pastanaga Truita de patata i ceba amb tomàquet amanit Fruita de temporada	17 Espaguetis a la carbonara Llom de Lluç amb amanida i cànons Fruita de temporada	18 Crema de carbassa Pernilets de pollastre al forn al chilindrón Fruita de temporada	19 Ensaladilla russa Croquetes casolanes de bacallà amb enciam i pastanaga logurt
22 Llenties amb hortalisses Rap a la marinera Fruita de temporada	23 Arròs amb verdures Pit de pollastre arrebossat amb amanida i formatge Fruita de temporada	FESTIU	25 Bròquil amb patata Daus de gall dindi en salsa amb pastanaga i xampinyons Fruita de temporada	26 Sopa marinera de lluç Hamburguesa de vedella amb enciam i tomàquet logurt
29 Macarrons amb tomàquet Bastonets de lluç amb enciam i cogombre Fruita de temporada	30 Cigrons estofats amb verdures Truita francesa amb tomàquet amanit Fruita de temporada			

Escola **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



cantábrico
- CÀTERING DES DE 1975 -

La Dietista-Nutricionista ens diu:

Feliç tornada!!!!

Aproveu els dies de més calor d'aquest mes per continuar fent sortides a la platja o a la piscina. Nedar o jugar dins l'aigua és una activitat molt saludable.

Excursions per la muntanya o passejar per la ciutat, gaudir de l'aire lliure i del sol.

Mantenir les sortides a l'aire lliure i al sol durant tot l'any és un hàbit molt saludable. No el perdís!

SENSE PEIX - Setembre 2025

Menú diari
Valor nutricional

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

8 Macarrons amb tomàquet i formatge Cordón bleu de gall dindi amb xips Fruita de temporada	9 Crema de carbassó Hamburguesa vegetal amb amanida i espinacs Fruita de temporada	10 Arròs tres delícies Truita de patata i formatge amb tomàquet provençal Fruita de temporada	11 FESTIU	12 Cigrons amb ibèric i verdures Pit de pollastre al forn amb amanida i york logurt
15 Arròs amb sofregit de tomàquet amb ou dur Botifarra de pagès amb amanida i tonyina Fruita de temporada	16 Mongetes blanques guisades amb pastanaga Truita de patata i ceba amb tomàquet amanit Fruita de temporada	17 Espaguetis a la carbonara Pit de pollastre a la planxa amb amanida i cànònics Fruita de temporada	18 Crema de carbassa Pernilets de pollastre al forn al chilindrón Fruita de temporada	19 Ensaladilla russa Crestes de formatge amb enciam i pastanaga logurt
22 Llenties amb hortalisses Pit de pollastre a la planxa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	23 Arròs amb verdures Llibrets de llom amb amanida i formatge Fruita de temporada	FESTIU	25 Bròquil amb patata Daus de gall dindi en salsa amb pastanaga i xampinyons Fruita de temporada	26 Sopa casolana de verdures Hamburguesa de vedella amb enciam i tomàquet logurt
29 Canelons gratinats Crestes de formatge amb enciam i cogombre Fruita de temporada	30 Cigrons estofat amb verdures Llom de porc al forn amb tomàquet amanit Fruita de temporada			

Escola **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. 26.4368/CAT. N.R.S. 26/01796-B

