cantábrico
- CÀTERING DES DE 1975 -

MENU NORMAL - Maig 2026

Menú diari
Valor nutricional

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				FESTIU
4 Arròs amb sofregit de tomàquet Croquetes casolanes de pernil amb enciam i cogombre Fruita de temporada Kc 734 Prot 28,21 Glu 77,16 Gr 32,3	**5** Sopa marinera de lluç Pizza de pernil dolç i formatge amb tomàquet amanit Fruita de temporada Kc 723 Prot 26,1 Glu 72,57 Gr 25,8	**6** Mongeta verda i patata Pernilets de pollastre al forn al chilindrón Fruita de temporada Kc 721 Prot 25,16 Glu 70,73 Gr 21,5	**7** Llenties pardines guisades Llom de Lluç amb amanida Fruita de temporada Kc 723 Prot 26,1 Glu 72,57 Gr 25,8	**8** Amanida de pasta Hamburguesa mixta amb enciam i pastanaga Iogurt Kc 723 Prot 27,5 Glu 71,29 Gr 25,6
11 Mongetes blanques a la Riojana Daus de Rosada arrebossats al forn amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Kc 771 Prot 26,5 Glu 64,13 Gr 26,8	**12** Espaguetis a la carbonara Medalló de salmó i carbassa amb tomàquet provençal Fruita de temporada Kc 723 Prot 25,8 Glu 64,27 Gr 24,8	**13** Ensaladilla russa Llom de porc al forn amb salsa de mel i mostassa Fruita de temporada Kc 759 Prot 28,72 Glu 65,24 Gr 23,8	**14** Arròs tres delícies Truita de patata i carbassó amb enciam i cogombre Fruita de temporada Kc 712 Prot 23,4 Glu 67,24 Gr 21,8	**15** Crema de carbassa i pastanaga Pit de pollastre al forn amb enciam i olives Iogurt Kc 698 Prot 27,9 Glu 70,54 Gr 21,8
18 Macarrons a la bolonyesa Cordón bleu de gall dindi amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Kc 736 Prot 29,6 Glu 73,21 Gr 40,7	**19** Cigrons estofat amb verdures Suprema de lluç al forn amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Kc 783 Prot 21,3 Glu 64,08 Gr 46,8	**20** Bròquil amb patata Mandonguilles mixtes amb sofregit de verdures Fruita de temporada Kc 708 Prot 23,4 Glu 62,17 Gr 22,5	**21** Sopa de verdures amb quinoa Pollastre al forn en el seu suc amb patata al caliu Fruita de temporada Kc 693 Prot 24,8 Glu 66,70 Gr 32,7	**22** Amanida d'arròs Truita de patata i formatge amb tomàquet amanit Iogurt Kc 701 Prot 22,8 Glu 71,24 Gr 33,8
FESTIU	FESTA LLIURE ELECCIÓ	**27** Arròs amb salsa de tomàquet Calamars a la romana amb enciam i cogombre Fruita de temporada Kc 778 Prot 23,7 Glu 62,34 Gr 26,8	**28** Llenties de l'àvia Daus de gall dindi en salsa amb xampinyons Fruita de temporada Kc 701 Prot 22,8 Glu 71,24 Gr 33,8	**29** Minestra de verdures Quart de pollastre al forn amb enciam i tomàquet Iogurt Kc 693 Prot 26,7 Glu 63,54 Gr 23,8

La Dietista-Nutricionista ens diu:

LES POSTRES

Cal que la majoria de les postres de la setmana escolar siguin a base de fruita fresca de temporada i de proximitat, i es pot reservar un dia per al iogurt.

El grau de maduració de la fruita ha de ser l'òptim per facilitar-ne l'acceptació. En la mesura que sigui possible, és aconsellable que la fruita fresca sigui variada.

CENTRE SAGRAT COR DEL BESÒS

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

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