



DILLUNS					DIMARTS					DIMECRES					DIJOUS					DIVENDRES																																																																															
<b>4</b> <b>Coliflor gratinada</b>  *** <b>Marmitako de tonyina</b>  Fruita de temporada 546 35 43 27 13					<b>5</b> Menestra de verdures  *** <b>Escalopa de pollastre amb tomàquet gratinat amb formatge al forn</b>  Fruita de temporada 528 28 21 37 14					<b>6</b> Potatge de fesols amb xoriç  *** Truita de patata amb carabassó arrebossat  *** logurt natural Fruita de temporada 710 48 38 40 17					<b>7</b> Arròs amb crema de xampinyons  *** <b>Llom adobat amb pisto de verdures</b>  Fruita de temporada 606 72 28 23 13					<b>8</b> Espirals amb salsa de tomàquet, tonyina i olives negres  *** Caella amb salsa  Fruita i pa integral 682 75 39 25 10					<b>11</b> Crema de carabassó amb rostes de pa  *** <b>Palpi de gall d'indi amb varietat de pebrots al forn</b>  Fruita de temporada 571 61 30 23 11					<b>12</b> <b>Arròs tres delícies (truita, pastanaga, pèsols i pernil dolç)</b>  *** Lluç a la planxa amb salsa verda i ceba  Fruita de temporada 597 68 39 20 7					<b>13</b> Patata i mongeta  *** Mandonguilles de pollastre a la jardineria (pèsols i pastanaga)  Fruita i pa integral 637 70 28 28 16					<b>14</b> <b>Fideus a la marinera</b>  *** <b>Llonza de porc amb saltejat campestre</b>  Fruita de temporada 751 76 54 29 10					<b>15</b> Cigrons amb espinacs  *** <b>Ous durs gratinats amb tonyina i salsa de tomàquet</b>  *** logurt de sabors Fruita de temporada 730 42 47 41 16					<b>18</b> <b>Macarrons integrals a la carbonara (nata, bacó i xampinyons)</b>  *** <b>Truita de carabassó amb albergínia escalivada</b>  Fruita de temporada 634 82 22 25 14					<b>19</b> Llenties estofades amb costella  *** <b>Pollastre a l'ast amb patates al caliu i allioli</b>  Fruita i pa integral 639 58 46 24 17					<b>20</b> Sopa d'au amb fideus  *** <b>Rap al forn amb salsa de romesco</b>  *** logurt natural Fruita de temporada 579 39 44 27 8					<b>21</b> Verdura tricolor  *** Tall rodó de gall d'indi amb salseta  Fruita de temporada 588 61 12 29 14					<b>22</b> <b>Arròs amb salsa de tomàquet i ou dur</b>  *** <b>Fogoner amb llit de patata i xampinyons saltejats</b>  Fruita de temporada 718 79 39 28 10					<b>25</b> Patata estofada amb sèpia  *** Llonganissa de pollastre amb fesols  Fruita de temporada 642 68 54 18 20					<b>26</b> <b>Arròs amb conill, carxofa i verdures</b>  *** <b>Filet de lluç amb salsa de taronja</b>  Fruita de temporada 609 79 16 25 15					<b>27</b> Bròquil amb bacón i beixamel gratinat  *** Estofat de vedella amb salseta  Fruita i pa integral 676 44 43 36 15					<b>28</b> Fusilli amb crema de pesto  *** <b>Croquetes de brandada de bacallà amb amanida tropical</b>  *** Postre especial Fruita de temporada 865 88 28 44 8					<b>29</b> Crema de pèsols i bajoques amb rostes  *** <b>Truita de patata amb tempura de verdures</b>  Fruita de temporada 637 66 38 25 18				

MENÚ REVISAT PER LA DOCTORA I DIPLOMADA EN NUTRICIÓ HUMANA I DIETÈTICA NUM. COL. CAT000380

COSTA DAURADA CATERING FOMENTA EN ELS SEUS PLATS ELS PRODUCTES ECOLÒGICS, DE PROXIMITAT I DE TEMPORADA

A sota de cada menú diari apareix una numeració que indica el valor nutricional aproximat. (Kcal/Hidrats de carboni/Proteïnes/Greixos/Fibra)

**ICONES**

TRAMUSSOS	SÈSAM	SULFITS	CACAUETS	PEIX	OU	MOLLUSCS	MOSTASSA	LÀCTICS	GLUTEN	FRUITS SECS	CRUSTACIS	SOJA	API
-----------	-------	---------	----------	------	----	----------	----------	---------	--------	-------------	-----------	------	-----

LES ICONES CORRESPONEN ALS 14 AL·LÈRGENS DECLARATS. DE TOTS ELS MENÚS ES FAN ALTERNATIVES PER ELS AL·LÈRGENS.