



DIVENDRES	
1	
FESTIU	

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
4	5	6	7	8
FESTIU	Menestra de verdures *** Escalopa de pollastre amb enciam i moresc *** Fruita de temporada	Potatge de fesols amb xoriç *** Truita a la francesa amb carabassó arrebossat *** iogurt natural	Arròs amb xampinyons i verdures *** Llom adobat amb enciam i olives *** Fruita de temporada	Espirals amb salsa de tomàquet, tonyina i olives negres *** Caella amb salsa *** Fruita i pa integral
	528 28 21 37 14	710 48 38 40 17	606 72 28 23 13	647 66 38 25 10

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
11	12	13	14	15
Crema de carabassó amb rostes *** Palpi de gall d'indi amb pastanaga ratllada i olives verdes *** Fruita de temporada	Arròs tres delícies (truita, pastanaga i pèsols) *** Lluç a la planxa amb enciam i cogombre *** Fruita de temporada	Patata i mongeta *** Mandonguilles de pollastre a la jardineria (pèsols i pastanaga) *** Fruita i pa integral	Tallarins amb salsa de tomàquet i formatge *** Llom a la planxa amb enciam i moresc *** Fruita de temporada	Cigrons amb espinacs *** Ous durs gratinats amb xampinyons i beixamel *** iogurt de sabors
571 61 30 23 11	532 60 33 19 7	637 70 28 28 16	693 70 42 30 10	642 44 37 35 16

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
18	19	20	21	22
Macarrons integrals a la carbonara (nata i bacó) *** Truita de carabassó amb enciam i moresc *** Fruita de temporada	Llenties estofades amb costella *** Pollastre a l'ast amb patates *** Fruita i pa integral	Sopa d'au amb pistons *** Rap al forn amb enciam i pastanaga *** iogurt natural	Verdura tricolor *** Tall rodó de gall d'indi amb salseta *** Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet *** Bunyols de bacallà amb enciam i olives negres *** Fruita de temporada
594 75 20 25 14	639 58 46 24 17	579 39 44 27 8	588 61 12 29 14	768 95 13 38 10

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS - MENÚ ITALIA	DIVENDRES
25	26	27	28	29
Patata estofada amb sèpia *** Llonganissa de pollastre amb fesols *** Fruita de temporada	Arròs amb carxofa i verdures *** Filet de lluç amb enciam i moresc *** Fruita de temporada	Bròquil amb bacón i beixamel gratinat *** Estofat de vedella amb salseta *** Fruita i pa integral	Fusilli amb crema de pesto *** Pizza de pernil amb enciam *** Postre especial	Crema de pèsols i bajoques amb rostes *** Truita de patata amb enciam i cogombre *** Fruita de temporada
642 68 54 18 20	609 79 16 25 15	676 44 43 36 15	812 142 37 27 8	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	SULFITS	PEIX	MOLLUSCS	LÀCTICS	FRUITS SECS	SOJA
SÈSAM	CACAUETS	OU	MOSTASSA	GLUTEN	CRUSTACIS	API

LES ICONES CORRESPONEN ALS 14 ALÈRGENS DECLARATS. DE TOTS ELS MENÚS ES FAN ALTERNATIVES PER ELS ALÈRGENS.