



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	Sopa vegetal amb galets Hamburguesa vegetal Enciam, blat de moro i remolatxa Fruita de temporada	Verdura permesa amb patata Crema de lleties Enciam, pastanaga i olives Fruita de temporada	Arròs integral al pesto Tofu en salsa de verdures Enciam, tomàquet i pastanaga Fruita de temporada	Tricolor de verdures (bròquil, patata i pastanaga) Cigrons estofats amb verdures Fruita de temporada
	360 Kcal 17g Prot 13g Lip 40g Hc	370 Kcal 12g Prot 14g Lip 45g Hc	410 Kcal 18g Prot 16g Lip 50g Hc	340 Kcal 11g Prot 8g Lip 45g Hc
DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
Amanida d'arròs Hamburguesa vegetal Niu d'enciams logurt	Coliflor amb patata (eco) Lleties estofades amb pastanaga Fruita de temporada	Macarrons integrals amb tomàquet Tofu en salsa de verdures Enciam, olives i remolatxa Fruita de temporada	Verdura permesa amb patata Mongetes blanques estofades amb verdures (eco) Enciam, blat de moro i pastanaga Fruita de temporada	Crema de carbassó (eco) Estofat de tofu a la jardineria Fruita de temporada
380 Kcal 18g Prot 11g Lip 45g Hc	360 Kcal 12g Prot 8g Lip 55g Hc	400 Kcal 20g Prot 15g Lip 50g Hc	370 Kcal 15g Prot 12g Lip 45g Hc	390 Kcal 18g Prot 14g Lip 45g Hc
DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
Verdura permesa amb patata Lleties estofades amb verdures Enciam, blat de moro i remolatxa Fruita de temporada	Bròquil amb patata (eco) Tofu en salsa de verdures Fruita de temporada	Espirals amb verdures Hamburguesa vegetal Niu d'enciams Fruita de temporada	Arròs integral a la napolitana Tofu encebata Enciam, pastanaga i olives logurt	Cus cús saltejat Cigrons estofats amb espinacs Fruita de temporada
370 Kcal 15g Prot 14g Lip 45g Hc	360 Kcal 18g Prot 9g Lip 42g Hc	380 Kcal 16g Prot 12g Lip 50g Hc	400 Kcal 20g Prot 14g Lip 50g Hc	370 Kcal 14g Prot 10g Lip 52g Hc
DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA
Arròs amb verdures Tofu a la llimona Enciam, blat de moro i tomàquet Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Lleties estofades amb verdures Fruita de temporada	Amanida de pasta integral Hamburguesa vegetal Niu d'enciams Fruita de temporada	Verdura permesa amb patata Mongetes blanques saltejades amb all i julivert Enciam, olives i remolatxa Fruita de temporada	
380 Kcal 18g Prot 12g Lip 46g Hc	370 Kcal 13g Prot 8g Lip 52g Hc	400 Kcal 20g Prot 14g Lip 50g Hc	380 Kcal 15g Prot 13g Lip 47g Hc	



Tots els àpats van acompanyat d'una ració de pa.

CATASA N.º R.S. (26.08657/CAT). Menú elaborat per Sònia Rosell Ferrer (CAT001844), graduada en Nutrició Humana y Dietètica. Segons el Reglament 1169/2011 d'informació facilitada al consumidor, s'informa sobre al·lèrgenes presents en menús d'al·lèrgies y qualsevol altre informació sobre al·lèrgenes en l'etiquetat del producte. CATASA, d'acord al RD 126/2015 subministra menjars específicament adaptats als consumidors amb al·lèrgies i necessitats especials, per qualsevol informació contacti amb nosaltres a les nostres oficines centrals.