



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	<p>Llenties estofades amb verdures Hamburguesa de pollastre a la planxa Enciam, olives i remolatxa Fruita de temporada</p> <p>525 Kcal 49g Prot 9g Lip 68g Hc</p>	<p>Sopa de verdures amb pasta Truita de patata Enciam, blat de moro i pastanaga Fruita de temporada</p> <p>570 Kcal 18g Prot 27g Lip 70g Hc</p>	<p>Arròs integral al pesto Varetes de peix Enciam, tomàquet i olives Fruita de temporada</p> <p>680 Kcal 20g Prot 24g Lip 97g Hc</p>	<p>Tricolor de verdures Cigrons estofats amb verdures Fruita de temporada</p> <p>520 Kcal 19g Prot 11g Lip 88g Hc</p>
DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
<p>Amanida d'arròs Tilàpia al forn Niu d'enciams logurt</p> <p>515 Kcal 35g Prot 11g Lip 65g Hc</p>	<p>Amanida russa Llenties estofades amb porro i pastanaga Fruita de temporada</p> <p>540 Kcal 20g Prot 17g Lip 78g Hc</p>	<p>Espirals a la napolitana Contracuixa de pollastre al forn Enciam, blat de moro i pastanaga Fruita de temporada</p> <p>635 Kcal 42g Prot 19g Lip 72g Hc</p>	<p>Mongetes blanques estofades amb verdures Ous amb beixamel gratinats Enciam, olives i remolatxa Fruita de temporada</p> <p>660 Kcal 26g Prot 30g Lip 71g Hc</p>	<p>Bledes amb patates Mandonguilles mixtes a la jardineria Fruita de temporada</p> <p>575 Kcal 28g Prot 21g Lip 66g Hc</p>
DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
<p>Llenties estofades amb verdures Truita de patata i carbassó Enciam, blat de moro i tomàquet Fruita de temporada</p> <p>610 Kcal 26g Prot 19g Lip 82g Hc</p>	<p>Bròquil amb patata Estofat de gall dindi amb verdures Fruita de temporada</p> <p>470 Kcal 35g Prot 9g Lip 58g Hc</p>	<p>Arròs integral amb salsa de tomàquet Llom de porc encebat Enciam, olives i remolatxa logurt</p> <p>650 Kcal 36g Prot 21g Lip 79g Hc</p>	<p>Macarrons en salsa de xampinyons Fogoner al forn amb tomàquet Niu d'enciams Fruita de temporada</p> <p>560 Kcal 31g Prot 13g Lip 75g Hc</p>	<p>Espinacs amb patata Cigrons estofats amb verdures Fruita de temporada</p> <p>500 Kcal 20g Prot 10g Lip 80g Hc</p>
DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA
<p>Arròs amb verdures Salmó a la llimona Enciam, pastanaga i olives Fruita de temporada</p> <p>610 Kcal 33g Prot 23g Lip 70g Hc</p>	<p>Crema de verdures Estofat de porc amb verdura Fruita de temporada</p> <p>520 Kcal 32g Prot 19g Lip 50g Hc</p>	<p>Amanida de pasta integral Aletes de pollastre al forn Niu d'enciams Fruita de temporada</p> <p>670 Kcal 36g Prot 26g Lip 72g Hc</p>	<p>Llenties estofades amb arròs Truita a la francesa Enciam, blat de moro i remolatxa Fruita de temporada</p> <p>620 Kcal 29g Prot 16g Lip 85g Hc</p>	



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·lèrgens 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.