



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

DIA 4	DIA 5	DIA 6	DIA 7	DIA 8
Arròs a la napolitana Hamburguesa vegetal Amanida (eco) Fruita de temporada	Verdura permesa amb patata Llenties estofades amb pastanaga Amanida (eco) Fruita de temporada	Bròquil amb patata (eco) Tofu amb salsa de xampinyons - Fruita de temporada	Macarrons amb verdures Tofu a l'allet Amanida (eco) logurt	Amanida amb formatge fresc (eco) Cigrons estofats amb verdures Cús cús saltejat 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	398 Kcal 17,5g Prot 16,1g Lip 41,6g Hc
DIA 11	DIA 12	DIA 13	DIA 14	DIA 15
Arròs caldós de verdures Tofu encebata Amanida (eco) Fruita de temporada	Amanida de tomàquet i ceba Macarrons a la bolonyesa vegetal - Fruita de temporada	Crema de carbassa (eco) Hamburguesa vegetal Amanida (eco) Fruita de temporada	Verdura permesa amb patata Mongetes blanques estofades amb verdures (eco) Amanida (eco) 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	
DIA 18	DIA 19	DIA 20	DIA 21	DIA 22
Verdura permesa amb patata Llenties estofades amb porro i pastanaga Amanida (eco) Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Hamburguesa vegetal Amanida (eco) Fruita de temporada	Amanida amb formatge fresc (eco) Cigrons estofats amb quinoa - Fruita de temporada	Crema de coliflor (eco) Tofu encebata Amanida (eco) Fruita de temporada	Sopa d'arròs (eco) Tofu en salsa de verdures Amanida (eco) logurt
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 25	DIA 26	DIA 27	DIA 28	DIA 29
Crema de pastanaga Tofu a l'allet Amanida (eco) Fruita de temporada	Amanida de tomàquet i ceba Llenties estofades amb verdures i arròs - Fruita de temporada	Macarrons a la napolitana Hamburguesa vegetal Amanida (eco) logurt	Trinxat de bròquil amb patata Estofat de tofu amb verduretes - Fruita de temporada	Verdura permesa amb patata Mongetes blanques estofades amb verdures (eco) Amanida (eco) Fruita de temporada
395 Kcal 21,1g Prot 11,7g Lip 48,4g Hc	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.