



# FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU Octubre 2019 sense gluten



Sabonana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>kcal:3180</b> <b>hidrats(gr):207</b> <b>lipids(gr):120</b> <b>proteines:104</b> (gr) <b>del1al6</b>		Espaguetis <b>sense gluten</b> amb tomàquet i formatge ratllat Truita de francesa amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Pizza 4 estacions <b>sense gluten</b> Filet de llenguado al forn amb daus de pastanaga Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets <b>sense gluten</b> Pollastre rostit al forn amb patates lionesa Fruita de temporada	Patates naturals amb sipieta i pèsols Angel al forn amb daus de daus de carbassa natural logurt natural
<b>kcal:3189</b> <b>hidrats(gr):212</b> <b>lipids(gr):123</b> <b>proteines:104</b> (gr) <b>del7al13</b>	Crema de carbassó natural amb formatge Pollastre rostit al forn amb amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets <b>sense gluten</b> Hamburgueses de vedella a la planxa amb patata Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita d'espínacs amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Pèsols i patata Cueta de rap al forn amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Macarrons <b>sense gluten</b> amb tomàquet i formatge ratllat Botifarra a la planxa amb pisto de verdures logurt natural
<b>kcal:3996</b> <b>hidrats(gr):263,1</b> <b>lipids(gr):153,6</b> <b>proteines:135,5</b> (gr) <b>del14al20</b>	Espirals <b>sense gluten</b> amb tomàquet i formatge ratllat Angel al forn amb daus de carbassó Fruita de temporada	Trinxat de col i patata natural i oli d'oliva Pollastre rostit al forn amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Crema de <b>carbassa</b> natural Truita de patates amb amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Mongetes de <b>St.Guim (Casa Martí)</b> Salsitxes a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets <b>sense gluten</b> Gall d'índi a la planxa amb bolets Natilles
<b>kcal:3.979</b> <b>hidrats(gr):261,7</b> <b>lipids(gr):150</b> <b>proteines:132,1</b> (gr) <b>del21al27</b>	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Pit de pollastre planxa tomàquet al forn Fruita de temporada	Macarrons <b>sense gluten</b> amb tomàquet i formatge ratllat Truita d'espínacs amb juliana d'enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Patates naturals amb sipieta i pèsols Botifarra a la planxa amb enciam i olives sense pinyol Fruita de temporada	Sopa de brou casola amb pistons <b>sense gluten</b> Pollastre rostit al forn amb patates rosses (xef) Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Filet de llenguado al forn amb pèsols i pastanaga logurt natural
<b>kcal:3183</b> <b>hidrats(gr):208</b> <b>lipids(gr):120</b> <b>proteines:105</b> (gr) <b>del28al31</b>	Llenties ecològiques amb verduretes Hamburgueses de <b>vedella</b> amb xips Fruita de temporada	Espaguetis <b>sense gluten</b> amb tomàquet i formatge ratllat Truita francesa amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Crema de carbassó natural Angel al forn amb daus de daus de carbassa natural Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets <b>sense gluten</b> Pollastre rostit al forn amb amb patata lionesa Fruita de temporada	

MENUS SUPERVISATS PER LABORATORIS COBAC SA.Dietista/Nutricionista Sra.Sepsi Aiguadé N°col.legiada 5471

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Platan - Mandarina - Taronja// COLOR TARONJA producte de proximitat