



**CENTAC** GRUP Consultoria de Nutrición, Higiene y Seguridad Alimentaria  
Menú supervisat pel Departament de Nutrició de: **CENTAC GROUP, S.L.**

# SETEMBRE 24



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

**09**  
Arròs saltejat amb tomàquet  
Barretes de peix amb amanida  
Fruita del temps  
557 Cal / 59 HC / 24 Pro / 25 Gr

**10**  
Bròquil amb patates al vapor  
Pit de pollastre a la planxa amb tomàquet amanit  
Fruita del temps  
521 Cal / 55 HC / 26 Pro / 25 Gr

**11** FESTA  
Cal / HC / Pro / Gr

**12**  
Crema de verdures del temps  
Trita francesa amb formatge i amanida  
Fruita del temps  
565 Cal / 53HC / 32 Pro / 25 Gr

**13**  
Macarrons a la carbonara  
Llonganissa a la planxa amb fesols saltejats  
Gelats  
580 Cal / 58 HC / 30 Pro / 25 Gr

**16**  
Llenties guisades amb verdures  
Hamburguesa vegetal amb tomàquet amanit  
Fruita del temps  
437 Cal / 67 HC / 26 Pro / 25 Gr

**17**  
Espaguetis a la bolonyesa  
Peix a la planxa amb amanida  
Fruita del temps  
523 Cal / 60 HC / 26 Pro / 21 Gr

**18**  
Arròs 3 delícies  
Llom adobat amb verdures al forn  
Fruita del temps  
577 Cal / 58 HC / 30 Pro / 25 Gr

**19**  
Verdura tricolor  
Trita de patata amb amanida  
logurt La Fageda  
565 Cal / 53 HC / 32 Pro / 25 Gr

**20**  
Crema de verdures amb crostons  
Cuixes de pollastre al forn amb ceba i pastanaga  
Fruita del temps  
575 Cal / 53 HC / 32 Pro / 25Gr

**23**  
Fideus a la marinera guisats  
Trita francesa amb pemill dolç i amanida  
Fruita del temps  
561 Cal / 55 HC / 29 Pro / 25 Gr

**24**  
Purè de verdures  
Llacets de colors amb moresc i olives  
Fruita del temps  
490 Cal / 53 HC / 24 Pro / 20 Gr

**25**  
Cigrons estofats  
Hamburguesa de pollastre i espinacs amb tomàquet amanit  
Fruita del temps  
549 Cal / 55 HC / 26 Pro / 25 Gr

**26**  
Mongeta verda amb patates  
Escalopa de cap de llom amb amanida  
Fruita del temps  
559 Cal / 55 HC / 26 Pro / 25 Gr

**27**  
Amanida d'arròs  
Peix en salsa verda  
Gelats  
510 Cal / 38 HC / 22 Pro / 30 Gr

**30**  
Arròs caldós Mar i Muntanya  
Trita de patata i espinacs  
Fruita del temps  
530 Cal / 52 HC / 40 Pro / 18 Gr

Podria haver-hi algun canvi en el menú degut a exigències del mercat. **Fruita disponible:** poma Golden, poma Royal Gala, pera Conference, pera Blanquilla, plàtan, taronja i mandarina + Fruita de temporada.  
\***Amanida variada:** conté enciam, brots tendres, escarola o endívies amb una combinació de cogombre amanit, tomàquet, pastanaga, remolatxa, olives o pipes. El **peix** de llotja disponible varia entre rap, bacallà, lluç i gall de Sant Pere. **Informació nutricional:** es disposa de la informació nutricional aproximada referent a: energia (kcal)/hidrats de carboni (g)/proteïnes(g)/ lipids o greixos (g).  
Rspicac 26.05017/CAT RGSEAA 26.05074/T - ISO 22000:2018 CERTIFICADO N° FSMS-24/590/S