

Dilluns

2 581 Kcal 15,26 Gr 0,00 AGS 31,03 Prot 105,80 HC
 Macarrons amb tomàquet **1T-3T**
 Bacallà al forn **4T-13T**

Bastonets de pastanaga
 Pa integral **1T-8T**
 Fruita

9 502 Kcal 21,64 Gr 0,00 AGS 32,10 Prot 43,94 HC
 Crema de espinacs

Filet de llenguadina arrebossada
1T-2T-3T-4T-8T-12T-13T

Enciam i llavors de carbassa **9T**
 Pa integral **1T-8T**
 Fruita

16 515 Kcal 12,97 Gr 0,00 AGS 30,07 Prot 82,30 HC
 Arròs integral amb tomàquet
 Filet de lluç meunière **4T-13T**

Enciam i pastanaga ratllada
 Pa integral **1T-8T**
 Fruita

23 860 Kcal 48,62 Gr 0,00 AGS 37,57 Prot 68,60 HC
 Llenties estofades amb verdures **8T**

Truita francesa amb tonyina **3T-4T**

Enciam i pastanaga ratllada
 Pa integral **1T-8T**
 logurt natural sense lactosa **2T**

30 509 Kcal 12,32 Gr 0,00 AGS 30,85 Prot 81,78 HC
 Arròs amb xampinyons i tomàquet

Filet de lluç al forn amb all i julivert **4T**
 Enciam i llavors de gira-sol **9T**
 Pa integral **1T-8T**
 Fruita

Dimarts

3 549 Kcal 26,98 Gr 0,00 AGS 36,13 Prot 38,89 HC
 Crema de carbassó
 Hamburguesa de vedella i porc a la planxa **8-13**

Enciam i olives negres
 Pa integral **1-8**
 Fruita

10 502 Kcal 15,51 Gr 0,00 AGS 11,27 Prot 75,81 HC
 Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) **8-13**
 Truita de patates **3**

Enciam i olives negres
 Pa integral **1-8**
 Fruita

17 819 Kcal 46,17 Gr 0,00 AGS 33,03 Prot 86,87 HC
 Cigrons estofats amb verdures
 Finguers de pollastre (sense gluten, ou i llet) **13**

Enciam i tomàquet
 Pa integral **1-8**
 Fruita

24 457 Kcal 17,31 Gr 0,00 AGS 7,22 Prot 81,11 HC
 Arròs amb verdures i tomàquet

Llom arrebossat(sense al·lèrgens)

Enciam i tomàquet
 Pa integral **1-8**
 Fruita

31 981 Kcal 49,24 Gr 0,00 AGS 60,43 Prot 81,54 HC
 Crema de pastanaga, carbassa i boniato
 Pollastre al forn amb castanyes
 Patates xips
 Pa integral **1-8**
 natilla de vainilla de soja **8-13**

Dimecres

4 661 Kcal 23,75 Gr 0,00 AGS 35,75 Prot 94,00 HC
 Arròs amb tomàquet
 Filet de lluç al forn amb all i julivert **4**

Patates xips
 Pa integral **1-8**
 logurt natural sense lactosa **2**

11 806 Kcal 29,49 Gr 0,00 AGS 36,72 Prot 101,47 HC
 Pasta amb salsa de carbassa **1-3T**

Botifarra de porc **8T-13**

Enciam i pastanaga ratllada
 Pa integral **1-8**
 logurt natural sense lactosa **2**

18 1.004 Kcal 37,27 Gr 0,00 AGS 65,44 Prot 116,06 HC
 Espaguetis amb tomàquet **1-3**
 Pollastre al forn

Enciam i llavors de gira-sol **9**
 Pa integral **1-8**
 Fruita

25 793 Kcal 16,89 Gr 0,00 AGS 29,20 Prot 144,64 HC
 Macarrons amb bolonyesa de carn **1-3T-8T-13**
 Hamburguesa de cigrons i pollastre **8-13**

Enciam i blat de moro
 Pa integral **1-8**
 Fruita

Dijous

5 781 Kcal 45,61 Gr 0,00 AGS 25,46 Prot 62,93 HC
 Mongetes seques estofades
 Truita francesa **3**

Enciam i blat de moro
 Pa integral **1-8**
 Fruita

12

Pollastre al curri amb daus de poma (sense nata) **10-11**

Enciam
 Pa integral **1-8**
 Fruita

19 407 Kcal 15,23 Gr 0,00 AGS 10,46 Prot 52,95 HC
 Crema de pastanaga
 Truita de carbassó i patata **3**

Enciam i olives negres
 Pa integral **1-8**
 Fruita

26 424 Kcal 13,17 Gr 0,00 AGS 30,55 Prot 56,29 HC
 Bròquil amb patates

Gall d'indi estofat amb pastanaga, pèsols i xampinyons

Pa integral **1-8**
 Fruita

Divendres

6 769 Kcal 38,66 Gr 0,00 AGS 57,89 Prot 52,21 HC
 Coliflor amb patates
 Pollastre al forn amb salsa d'ametles **7T-9**

Enciam
 Pa integral **1-8**
 Fruita

13 636 Kcal 31,33 Gr 0,00 AGS 36,58 Prot 45,16 HC
 Mongetes verdes, patates i pastanaga

Pollastre al curri amb daus de poma (sense nata) **10-11**

Enciam
 Pa integral **1-8**
 Fruita

20 550 Kcal 19,24 Gr 0,00 AGS 39,20 Prot 59,20 HC
 Pèsols amb patates
 Rodó de vedella al forn amb xampinyons

Pa integral **1-8**
 logurt natural sense lactosa **2**

27 429 Kcal 18,59 Gr 0,00 AGS 24,30 Prot 53,56 HC
 Crema de porros

Bacallà amb ratatouille **1-4-13T**

Pa integral **1-8**
 Fruita

ALÈRGENOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(inclou lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 7-Cacauet 8-Soja 9-Fruits Secs 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos 61-Calamar

LA CUINA ES RESERVA EL DRET A FER UN CANVI A ÚLTIM MOMENT, AVISANT PER E-MAIL ALS CENTRES.
 EN COMPLIMENT AL REGLAMENT NÚM. 1169/2011 (UE) SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, LA VOSTRA CUINA DISPOSA DE LA INFORMACIÓ SOBRE ELS AL·LÈRGENS DELS ALIMENTS QUE COMPONEN ELS MENÚS QUE S'ELABOREN.
 PLAT CALENT: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ > 0 = 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
 PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < 0 = 8°C. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
 TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.



CATERING VOSTRA CUINA
 Reg. San.: 26.03850-B
 Av. Egara,50 (08192)- Sant Quirze del Vallès
 Tel. 937212000 www.vostracuina.com