

Dilluns

2 898 Kcal 31,54 Gr 0,00 AGS 22,78 Prot 149,10 HCMacarrons amb tomàquet 1T-3T
Bunyols de bacallà

1T-2T-3T-4T-5T-6T-8T-9T-10T-11T-13T

Bastonets de pastanaga

Pa integral 1T-8T

Fruita

9 517 Kcal 22,69 Gr 0,00 AGS 33,40 Prot 44,11 HC

Crema de espinacs amb formatge 2T-3T

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

23 893 Kcal 52,50 Gr 0,00 AGS 36,94 Prot 68,85 HC

Llenties estofades amb verdures 8T

Truita francesa amb tonyina 3T-4T

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1T-8T

logurt natural 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

3 396 Kcal 15,22 Gr 0,00 AGS 9,98 Prot 51,91 HC

Crema de carbassó

Truita de patates 3

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

17 799 Kcal 40,77 Gr 0,00 AGS 25,47 Prot 81,47 HC

Cigrons estofats amb verdures

Nuguets de bròquil 1-2-3-13

Enciam i tomàquet

Pa integral 1-8

Fruita

24 568 Kcal 17,94 Gr 0,00 AGS 34,25 Prot 80,74 HC

Arròs amb verdures i tomàquet

Caçó al forn 4-5T-6T

Pebrrot vermell i verd saltejats

Pa integral 1-8

Fruita

31 683 Kcal 30,43 Gr 0,00 AGS 14,42 Prot 88,69 HC

Crema de pastanaga, carbassa i

boniato

Truita de patates 3

Patates xips

Pa integral 1-8

Natilla de vainilla 2-3-13

Dimecres

4 695 Kcal 27,62 Gr 0,00 AGS 35,12 Prot 94,25 HC

Arròs amb tomàquet

Filet de lluç al forn amb all i julivert 4

Patates xips

Pa integral 1-8

logurt natural 2

11 750 Kcal 21,03 Gr 0,00 AGS 42,28 Prot 101,36 HC

Pasta amb salsa de carbassa 1-3T

Filet de lluç al forn 4

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-8

logurt natural 2

18 712 Kcal 17,36 Gr 0,00 AGS 42,06 Prot 116,34 HC

Espaguetis amb tomàquet i formatge

ratllat 1-2-3

Abadejo al forn amb all i julivert 4

Enciam i llavors de gira-sol 9

Pa integral 1-8

Fruita

25 717 Kcal 14,42 Gr 0,00 AGS 19,45 Prot 145,70 HC

Macarrons amb tomàquet 1-3T

Hamburguesa de cigrons

1-2T-3T-4T-5T-6T-8T-13T

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-8

Fruita

Dijous

5 694 Kcal 37,66 Gr 0,00 AGS 29,36 Prot 56,18 HC

Mongetes seques estofades

Truita francesa amb formatge 2-3

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-8

Fruita

12

Crema de pastanaga

Truita de carbassó i patata 3

Enciam i olives negres

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

26 715 Kcal 47,35 Gr 0,00 AGS 17,50 Prot 54,30 HC

Bròquil amb patates

Truita francesa 3

Verdures guarnició

Pa integral 1-8

Fruita

Divendres

6 371 Kcal 11,93 Gr 0,00 AGS 30,25 Prot 36,86 HC

Coliflor amb patates

Abadejo al forn amb all i julivert 4

Enciam

Pa integral 1-8

Fruita

13 508 Kcal 17,19 Gr 0,00 AGS 33,80 Prot 49,78 HC

Mongetes verdes, patates i pastanaga

Maires enfarinades 1-4

Enciam

Pa integral 1-8

Fruita

20 550 Kcal 20,58 Gr 0,00 AGS 40,95 Prot 45,56 HC

Pèsols amb patates

Caçó al forn 4-5T-6T

Pebrrot vermell i verd saltejats

Pa integral 1-8

logurt natural 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.



La Vostra Cuina

C A T E R I N G

CATERING VOSTRA CUINA

Reg. San.: 26.03850-B

Av. Egara, 50 (08192)- Sant Quirze del Vallès

Tel. 937212000 www.vostracuina.com