

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

4 693 Kcal 13,65 Gr 0,00 AGS 24,51 Prot 116,17 HC
Llenties amb arròs
Mongetes verdes, patates i pastanaga

Pa integral 1T-8T
Fruita

11 1.297 Kcal 41,12 Gr 0,00 AGS 33,99 Prot 191,79 HC
Llaços amb pesto(sense formatge)
1T-3T-9T
Hamburguesa de seitan i xampinyons
1T-8T-12T

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

18 700 Kcal 19,99 Gr 0,00 AGS 17,14 Prot 108,11 HC
Crema de carbassó
Hamburguesa de cigrons i pastanaga
1T-3T-8T-9T-12T

Albergínia
Pa integral 1T-8T
Fruita

25 917 Kcal 63,73 Gr 0,00 AGS 77,40 Prot 124,10 HC
Bledes amb patates saltejades amb all

Falafel 1T-3T-8T-9T-12T

Verdures guarnició
Pa integral 1T-8T
logurt de soja 8T

5 935 Kcal 40,34 Gr 0,00 AGS 26,70 Prot 112,46 HC
Bròquil amb patates
Falafel 1T-3T-8T-9T-12T

Verdures guarnició
Pa integral 1-8
Fruita

12 673 Kcal 40,84 Gr 0,00 AGS 71,65 Prot 129,29 HC
Cigrons estofats amb espinacs

Crema de carbassó

Pa integral 1-8
logurt de soja 8

19 788 Kcal 22,85 Gr 0,00 AGS 32,24 Prot 125,86 HC
Arròs amb tomàquet
Heura a la planxa 8

Carbassó rostit
Pa integral 1-8
Fruita

26 680 Kcal 29,41 Gr 0,00 AGS 27,97 Prot 72,54 HC
Crema de porros i cigrons 13

Tofu amb verdures 8

Pa integral 1-8
Fruita

6 693 Kcal 26,86 Gr 0,00 AGS 32,39 Prot 75,78 HC
Sopa de verdures amb pasta 1-3T
Tofu amb verdures 8

Pa integral 1-8
natilla de vainilla de soja 8-13

13 829 Kcal 24,60 Gr 0,00 AGS 39,22 Prot 126,19 HC
Arròs amb verdures i tomàquet

Seitan amb verdures 1-8-11T

Pa integral 1-8
Fruita

20 643 Kcal 13,72 Gr 0,00 AGS 23,70 Prot 106,36 HC
Llenties estofades amb verdures
Crema de coliflor

Pa integral 1-8
Fruita

27 790 Kcal 16,40 Gr 0,00 AGS 17,28 Prot 140,80 HC
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)(sense salsa soja)
Hamburguesa de cigrons
1-2T-3T-4T-5T-6T-8T-13T
Albergínia
Pa integral 1-8
Fruita

7 796 Kcal 15,24 Gr 0,00 AGS 16,48 Prot 163,93 HC
Arròs amb xampinyons i tomàquet
Hamburguesa de cigrons
1-2T-3T-4T-5T-6T-8T-13T

Albergínia
Pa integral 1-8
Fruita

14 555 Kcal 12,64 Gr 0,00 AGS 21,15 Prot 81,64 HC
Crema de pastanaga amb crostons
1-2T-8T-9T-12T
Mongetes seques saltejades amb all i julivert

Pa integral 1-8
Kiwi

21 687 Kcal 20,87 Gr 0,00 AGS 20,96 Prot 94,11 HC
Coliflor amb patates
Amanida de cigrons amb daus de tomàquet i pesto 9-13

Pa integral 1-8
Fruita

28 881 Kcal 24,65 Gr 0,00 AGS 26,94 Prot 152,21 HC
Macarrons amb tomàquet 1-3T

Cigrons amb espinacs saltejats amb all 13

Pa integral 1-8
Fruita

1 901 Kcal 19,09 Gr 0,00 AGS 24,37 Prot 171,47 HC

Macarrons amb tomàquet 1-3T
Hamburguesa de cigrons i pastanaga
1T-3T-8T-9T-12T
Enciam i blat de moro
Pa integral 1-8
Fruita

8 718 Kcal 20,46 Gr 0,00 AGS 16,24 Prot 116,14 HC
Crema de espinacs
Coca d'escalivada
1-2T-3T-4T-8T-10T-11T-13T

Pa integral 1-8
Fruita

15 855 Kcal 28,47 Gr 0,00 AGS 25,57 Prot 129,61 HC
Mongetes verdes, patates i pastanaga

Falafel a la jardinera 1T-3T-8T-9T-12T

Pa integral 1-8
Fruita

22 590 Kcal 35,88 Gr 0,00 AGS 73,15 Prot 104,88 HC
Sopa de verdures amb pasta 1-3T
Pèsols amb ceba saltejats amb all

Pa integral 1-8
logurt de soja 8

29

ALÈRGENOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(inclou lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 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 > o = 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < o = 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