

**MENÚ  
BASAL**

**CENTAC**  
GRUP

Consultoria de Nutrición,  
Higiene y Seguridad  
Alimentaria

Menú supervisat pel Departament de  
Nutrició de: **CENTAC GROUP, S.L.**

# DESEMBRE 24

Santa Anna

**ÀPATS  
Sans**



**DILLUNS**

Arros  
amb tomàquet  
Hamburguesa vegetal  
amb amanida  
Fruita del temps

02

480 Cal / 51 HC / 54 Pro / 20 Gr

Lenties estofades  
amb verdura i xoriç  
Croquetes de cuït  
amb amanida  
Fruita del temps

09

597 Cal / 67 HC / 26 Pro / 25 Gr

Arros  
amb tomàquet fregit  
Trita de patates  
amb tomàquet amanit  
Fruita del temps

16

539 Cal / 59 HC / 24 Pro / 25 Gr

FESTA

23

Cal / HC / Pro / Gr

FESTA

30

Cal / HC / Pro / Gr

**DIMARTS**

Cigrons estofats  
amb verdures  
Trita de patates  
amb amanida  
Fruita del temps

03

577 Cal / 53 HC / 35 Pro / 25 Gr

Arròs Mar i Muntanya  
Peix amb salsa marinera  
Fruita del temps

10

556 Cal / 53 HC / 32 Pro / 25 Gr

Vaporada de verdures  
Hamburguesa de vedella  
amb guarnició  
de moniato al forn  
Fruita del temps

17

539 Cal / 51 HC / 31 Pro / 25 Gr

FESTA

24

Cal / HC / Pro / Gr

FESTA

31

Cal / HC / Pro / Gr

**DIMECRES**

Bròcoli  
amb patates  
Pit de pollastre  
amb fesols saltejats  
logurt La Fageda

04

521 Cal / 55 HC / 26 Pro / 25 Gr

Bajoca  
amb patata al vapor  
Mandonguilles  
de gall dindi  
logurt La Fageda

11

551 Cal / 37 HC / 49 Pro / 23 Gr

Espirals  
amb salsa de formatge  
Bacallà arrebossat  
amb amanida  
Fruita del temps

18

577 Cal / 58 HC / 30 Pro / 25 Gr

NADAL

25

Cal / HC / Pro / Gr

**DIJOUS**

Macarrons  
a la carbonara  
Barretes de peix  
amb patates  
Fruita del temps

05

533 Cal / 56 HC / 26 Pro / 25 Gr

Espaguetis  
al pesto  
Llom adobat  
amb amanida  
Fruita del temps

12

550 Cal / 29 HC / 32 Pro / 34 Gr

Purè  
de carabassó  
Cap de llom  
en salsa de verdures  
Fruita del temps

19

488 Cal / 53 HC / 24 Pro / 20 Gr

SANT ESTEVE

26

Cal / HC / Pro / Gr

**DIVENDRES**

FESTA

06

Cal / HC / Pro / Gr

Purè  
de verdures  
Trita francesa  
amb formatge  
i tomàquet amanit  
Fruita del temps

13

561 Cal / 52 HC / 32 Pro / 25 Gr

Sopa de Nadal  
amb pilotes  
Cuixes de pollastre  
a la catalana  
Torró de xocolata

20

571 Cal / 59 HC / 23 Pro / 27 Gr

FESTA

27

Cal / HC / Pro / 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 lotja 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).

Rspiac: 26.05017/CAT RGSEAA 26.05074/T - ISO 22000:2018 CERTIFICADO Nº FSMS-24/590/S