

### Dilluns

### Dimarts

### Dimecres

### Dijous

### Divendres

**6** 728 Kcal 21,27 Gr 0,00 AGS 23,72 Prot 125,82 HC  
 Arròs amb xampinyons i tomàquet  
 Truita francesa **3T**  
 Enciam i pastanaga ratllada  
 Pa integral **1T-8T**  
 logurt de soja **8T**



**13**  
**20** 873 Kcal 27,80 Gr 0,00 AGS 31,60 Prot 121,35 HC  
 Llaços amb pesto **1T-3T-9T**  
 Filet de lluç meunière **4T-13T**  
 Enciam i olives negres  
 Pa integral **1T-8T**  
 Gelatina de maduixa

**27** 745 Kcal 18,69 Gr 0,00 AGS 31,28 Prot 113,41 HC  
 Llenties estofades amb verdures  
 Truita francesa **3T**  
 Enciam i tomàquet  
 Pa integral **1T-8T**  
 Fruita

**7** 971 Kcal 43,45 Gr 0,00 AGS 49,46 Prot 96,72 HC  
 Crema de espàrrecs verds  
 Llom al forn amb salsa  
 Patata a daus  
 Pa integral **1-8**  
 Fruita

**14** 1.116 Kcal 51,06 Gr 0,00 AGS 52,54 Prot 116,77 HC  
 Cigrons estofats amb espinacs  
 Hamburguesa de vedella i porc a la planxa **8-13**  
 Enciam i tomàquet  
 Pa integral **1-8**  
 Fruita

**21** 969 Kcal 34,95 Gr 0,00 AGS 36,64 Prot 125,14 HC  
 Bròquil i patata  
 Ous al forn amb tomàquet(a elecció) **3**  
 Truita de patates(a elecció) **3**  
 Enciam  
 Pa integral **1-8**  
 Fruita

**28** 1.129 Kcal 45,79 Gr 0,00 AGS 49,63 Prot 149,06 HC  
 Macarrons amb tomàquet **1-3T**  
 Hamburguesa de vedella i porc a la planxa **8-13**  
 Enciam i pastanaga ratllada  
 Pa integral **1-8**  
 Fruita

**1**

**8** 665 Kcal 18,70 Gr 0,00 AGS 33,47Prot 108,61 HC  
 Amanida de patata, tomàquet i olives  
 Gall d'indi estofat amb verdures  
 Pa integral **1-8**  
 Fruita

**15** 1.100 Kcal 47,74 Gr 0,00 AGS 37,23Prot 171,28 HC  
 Espaguetis amb tomàquet **1-3T**  
 Finguers de pollastre (sense gluten, ou i llet)  
 Enciam i blat de moro  
 Pa integral **1-8**  
 Fruita

**22** 839 Kcal 23,30 Gr 0,00 AGS 35,37Prot 150,70 HC  
 Arròs amb tomàquet  
 Rodó de vedella al forn amb salsa  
 Enciam  
 Pa integral **1-8**  
 Fruita

**29** 715 Kcal 28,22 Gr 0,00 AGS 35,46Prot 76,05 HC  
 Crema de pastanaga  
 Pit de pollastre arrebossat(sense al·lèrgens) **3-8**  
 Enciam i blat de moro  
 Pa integral **1-8**  
 Fruita

**2** 656 Kcal 13,49Gr 0,00 AGS 19,28 Prot 133,73 HC  
 Arròs amb tomàquet  
 Filet de lluç al forn amb all i julivert **4**  
 Enciam i olives negres  
 Pa integral **1-8**  
 Fruita

**9** 654 Kcal 17,20Gr 0,00 AGS 31,89 Prot 93,51 HC  
 Llenties estofades amb verdures  
 Filet de lluç al forn **4**  
 Enciam i olives negres  
 Pa integral **1-8**  
 Fruita

**16** 693 Kcal 24,73Gr 0,00 AGS 30,31 Prot 79,71 HC  
 Amanida russa (sense mahonesa) **4**  
 Truita de carbassó i patata **3**  
 Enciam i pastanaga ratllada  
 Pa integral **1-8**  
 logurt de soja **8**

**23** 892 Kcal 34,90Gr 0,00 AGS 50,14 Prot 86,48 HC  
 Mongetes seques estofades amb verdures  
 Salmó al forn **4-13T**  
 Enciam i llavors de gira-sol **9**  
 Pa integral **1-8**  
 Fruita

**30** 697 Kcal 15,21Gr 0,00 AGS 20,98 Prot 120,32 HC  
 Coliflor i patata  
 Mandonguilles de cigrons i pollastre a la jardineria **1-8-13**  
 Pa integral **1-8**  
 Fruita

**3** 780 Kcal 26,81 Gr 0,00 AGS 41,93Prot 91,10HC  
 Cigrons estofats amb verdures  
 Contracuixa de gall d'indi a la planxa  
 Enciam i blat de moro  
 Pa integral **1-8**  
 natilla de xocolata de soja **8**

**10** 915 Kcal 25,11 Gr 0,00 AGS 56,13Prot 113,35HC  
 Amanida de pasta (sense salsa) **1-3T-4**  
 Pernilets de pollastre a l'allet  
 Enciam i tomàquet  
 Pa integral **1-8**  
 Fruita

**17** 1.076 Kcal 40,54 Gr 0,00 AGS 44,12Prot 146,68HC  
 Arròs amb verdures i tomàquet  
 Pollastre al curri amb poma **10**  
 Patata a daus  
 Pa integral **1-8**  
 Fruita

**24** 541 Kcal 25,35 Gr 0,00 AGS 29,63Prot 44,50HC  
 Amanida verda  
 Broqueta d'au amb patates  
 Pa integral **1-8**  
 logurt de soja **8**

**31** 666 Kcal 19,09 Gr 0,00 AGS 27,00Prot 92,36HC  
 Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) **8**  
 Filet de lluç enfarinat **1-4-8T-12T**  
 Enciam i olives negres  
 Pa integral **1-8**  
 logurt de soja **8**

**AL·LÈRGENOS (T-Trazas):** 1-Gluten 2-Llet i derivats(inclosa lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 8-Soja 9-Fruits secs de closca 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos 61-Calamar 88-Gluten,ou,llet,peix,crustaci,mol·lusc,fruits de clofolla i sèsam. 90-Peix,crustaci,mol·lusc,fruits de clofolla 91-Gluten,ou,peix,crustaci,mol·lusc,fruits de cl

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