

OCTUBRE 2009

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

sabora[®]
Actividades y Servicios Catering S.A

L'exercici físic contribueix positivament a la formació d'os, mitjançant el dipòsit de calci



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			1 Llenties guisades amb pastanaga i xoriço Truita de patates amb enciam i blat de moro Fruita variada	2 Arròs blanc amb sofregit de ceba i tomàquet Filet de panga al forn amb amanida verda Fruita variada
5 Macarrons amb tomàquet sofregit Croquetes pollastre amb enciam i olives Fruita variada	6 Mongetes seques guisades amb ceba, pebrot i pastanagues Truita francesa amb enciam i past.ratlada logurt	7 Arròs a la cassola amb carn magra, pèsols, ceba pebrot i tomàquet Porcions de lluç amb amanida verda Fruita variada	8 Sopa de caldo amb fideus Pollastre rostit al forn amb patates fregides Fruita variada	9 Crema de mongetes, pastanagues i pèsols Pizza amb sofregit de carn i tomàquet Fruita variada
12 F E S T A	13 Mongetes, pastanagues, pèsols i patates bullides Hamburguesa vedella planxa amb quetxup i enciam Fruita variada	14 Llenties guisades amb porro i pastanaga Filet de llenguado al forn amb enciam i past.ratl. l. logurt	15 Arròs blanc amb sofregit de ceba i tomàq. Truita de patates amb amanida verda Fruita variada	16 Crema de carbassó Botifarra de porc al forn amb patates panadera Fruita variada
19 Sopa de caldo amb pastanagues i pistons Mandonguilles vedella estofades amb pèsols, ceba i patates Fruita variada	20 Cigrons estofats amb bledes Porcions de lluç amb enciam i olives Fruita variada	21 Arròs a la milanesa (pèsols, pebrot i ceba) Truita de pernil dolç amb enciam i past.ratlada Fruita variada	22 Espirals amb tomàquet sofregit i formatge Calamars a la romana amb amanida verda logurt	23 Patates, mongetes tendres i coliflor bullida Llom de porc planxa amb enciam i blat moro Fruita variada
26 Crema de carbassa i pastanagues Hamburguesa vedella planxa amb patates fregides Fruita variada	27 Arròs blanc amb sofregit de ceba i tomàquet Lluç al forn amb enciam i blat de moro Fruita variada	28 Macarrons a la carbonara Croquetes de pernil amb enciam i past.ratlada logurt	29 Mongetes seques guisades amb ceba, pebrot, pèsols i pastanag. Truita francesa amb amanida verda Fruita variada	30 Sopa de caldo amb galets Pit de pollastre a la milanesa a/patates freg. Fruita variada

. Al menú diari s'acompanya d'aigua i pa.

Fruita del temps: poma, pera, plàtan, meló, kiwi,

. Menús elaborats a diari a la cuina del centre, per Sabora www.cateringsabora.com

. Menús supervisats per CESNUT NUTRICIO consultoria nutricional www.cesnutnutricio.com

www.cateringsabora.com

c/ Sepúlveda 143 S AL 4ª 5ª 08011 Bcn T. 93 451 90 91

R.S: 26-05/291/CAT