

Febrero

Febrer

February

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DI LLUNS

3

DI MARTS

4

DI MECRES

5

DI JOUS

6

DI VENDRES

7

Arròs saltejat amb verdures

Amanida capresse

Bròquil al vapor amb pastanaga i patata

Sopa d'au amb brou casolà de verdures

PLAT ÚNIC

Hamburguesa completa de lleties, amb enciam, tomàquet i cogombre

Seitons a la planxa amb carbassó arrebossat

Truita de tonyina amb enciam, tomàquet i olives verdes

Gall dindi a la planxa amb llavors de sèssam i amanida d'enciam i cogombre

Albergínia farcida de carn picada i verdures acompanyat de cous cous

Fruita de temporada/logurt

Fruita de temporada/logurt

Fruita de temporada/logurt

Fruita de temporada/logurt

Fruita de temporada/logurt

DI LLUNS

10

DI MARTS

11

DI MECRES

12

DI JOUS

13

DI VENDRES

14

Espirals al pesto

Minestra de verdures

Crema de carbassa i pastanaga

Arròs amb tomàquet

Saltat de pèsols amb ceba i tomàquet

Broquetes de porc amb verdures i amanida d'enciam, pastanaga i blat de moro

Tonyina al forn amb guacamole casolà i dips de pastanaga

Pollastre a la planxa amb albergínia i toc de mel

Lluç a la provençal amb amanida caprese

Truita a la francesa amb carxofes saltejades

Fruita de temporada/logurt

Fruita de temporada/logurt

Fruita de temporada

Fruita de temporada/logurt

Fruita de temporada/logurt

DI LLUNS

17

DI MARTS

18

DI MECRES

19

DI JOUS

20

DI VENDRES

21

Crema de carbassó amb rostes de pa

Sopa de verdures en juliana

Arròs amb xampinyons

PLAT ÚNIC

Amanida de rúcula, conoges, burrata i cherrys amb orenga

Tires de pollastre a la planxa amb guacamole i dips de pastanaga

Truita de formatge amb pebrots escalivats

Salmó al papillote amb llit de carbassó i pastanaga

Pastís de patata amb carn picada d'au i verduretes amb guarnició d'amanida

Palometa adobada amb tomàquet a la provençal

Fruita de temporada/logurt

Fruita de temporada/logurt

Fruita de temporada/logurt

Fruita de temporada

Fruita de temporada/logurt

DI LLUNS

24

DI MARTS

25

DI MECRES

26

DI JOUS

27

DI VENDRES

28

Cous-cous amb verduretes

Pèsols a l'allet

Crema de carbassa gratinada

Albergínia farcida de verdures gratinada

Risotto de bolets

Bistec de vedella a la planxa amb llit de patata panadera

Bacallà amb samfaina

Wok de gall dindi amb verdures i toc de salsa de soja

Verat a la Viscaïna

Remenat d'ous amb alls tendres i espàrrecs verds i amanida verda

Fruita de temporada/logurt

Fruita de temporada/logurt

Fruita de temporada/logurt

Fruita de temporada/logurt

Fruita de temporada

Febrer 2025

Proposta de sopars

“Sabies que el bròquil posseeix propietats antimicrobianes i insecticides? Això es deu al seu contingut en sofre, que també és el responsable de la forta olor que desprèn durant la cocció. A més, és una font important de potassi, essencial per al bon funcionament del sistema nerviós i dels músculs. El bròquil es pot consumir com a guarnició o com a ingredient principal, bullit, al forn, en cremes...”

Fundació Espanyola de la Nutrició

Agora
Collectivitats



Ctra. Santa Creu de Calafell, núm. 35, bxs.
08850 - Gavà - Barcelona
Tel. 93.638.87.03

info@agoracatering.es / www.agoracatering.es