

FELIZ



VUELTA



AL COLE

cantábrico
- CÀTERING DES DE 1975 -La Dietista-Nutricionista
ens diu:

Feliç tornada!!!!

Aproveiteu els dies de més calor d'aquest mes per continuar fent sortides a la platja o a la piscina. Nedar o jugar dins l'aigua és una activitat molt saludable.

Excursions per la muntanya o passejar per la ciutat, gaudir de l'aire lliure i del sol.

Mantenir les sortides a l'aire lliure i al sol durant tot l'any és un hàbit molt saludable. No el perdís!

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

	8 Macarrons sense gluten amb tomàquet Pit de pollastre al forn amb guarnició Fruita de temporada	9 Ensaladilla russa Croquetes sense gluten amb guarnició Fruita de temporada	10 Arròs tres delícies Truita de patata i carbassó amb guarnició logurt	FESTIU
14 Mongetes blanques amb verdures Lluç al forn amb guarnició Fruita de temporada	15 Espaguetis sense gluten amb tomàquet Gall dindi a la planxa amb guarnició Fruita de temporada	16 Crema de carbassa Llenties amb verdures Fruita de temporada	17 Arròs amb sofregit de tomàquet Truita de patata i ceba amb guarnició Fruita de temporada	18 Tricolor de verdures (mongeta tendra, patata i pastanaga) Quart de pollastre al forn amb guarnició logurt
21 Llacets sense gluten amb tomàquet Hamburguesa casolana de vedella amb guarnició Fruita de temporada	22 Llenties amb hortalisses Lluç al forn amb guarnició Fruita de temporada	23 Bròquil amb patata Tacs de pollastre estofats amb xampinyons Fruita de temporada	FESTIU	25 Arròs amb hortalisses Truita de patata amb guarnició logurt
28 Cigrons estofat amb verdures Llom de porc al forn amb guarnició Fruita de temporada	29 Macarrons sense gluten amb tomàquet Bacallà al forn amb guarnició Fruita de temporada	30 Sopa casolana sense gluten Daus de gall dindi en salsa amb pastanaga i xampinyons Fruita de temporada		

Centre **ARRELS**

Menús revisats per: Cristina Ballester de Cendra - Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Número de col·legiada: CAT001099

R.E.S.I.P.A.C. 26.4388/CAT. N.R.S. 26/01796-B

FELIZ



VUELTA



AL COLE



cantábrico
- CÀTERING DES DE 1975 -

**La Dietista-Nutricionista
ens diu:**

Feliç tornada!!!!

**Aproveu els dies de més calor
d'aquest mes per continuar fent
sortides a la platja o a la piscina.
Nedar o jugar dins l'aigua és una
activitat molt saludable.**

**Excursions per la muntanya o passejar
per la ciutat, gaudir de l'aire lliure i del
sol.**

**Mantenir les sortides a l'aire lliure i al
sol durant tot l'any és un hàbit molt
saludable. No el perdís!**

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

	8 Macarrons amb tomàquet i formatge Crestes de formatge amb guarnició Fruita de temporada	9 Ensaladilla russa Hamburguesa vegetal amb guarnició Fruita de temporada	10 Arròs tres delícies Truita de patata i carbassó amb guarnició logurt	FESTIU
14 Mongetes blanques amb verdures Crestes de formatge amb guarnició Fruita de temporada	15 Espaguetis amb tomàquet Seità a la planxa amb guarnició Fruita de temporada	16 Crema de carbassa Llenties amb verdures Fruita de temporada	17 Arròs amb sofregit de tomàquet Truita de patata i ceba amb guarnició Fruita de temporada	18 Tricolor de verdures (mongeta tendra, patata i pastanaga) Hamburguesa vegetal amb guarnició logurt
21 Llacets amb salsa de tomàquet i xampinyons Crestes de formatge amb guarnició Fruita de temporada	22 Llenties amb hortalisses Truita de patata amb guarnició Fruita de temporada	23 Bròquil amb patata Seità a la planxa amb guarnició Fruita de temporada	FESTIU	25 Arròs amb hortalisses Hamburguesa vegetal amb guarnició logurt
28 Cigrans estofat amb verdures Crestes de formatge amb guarnició Fruita de temporada	29 Macarrons amb tomàquet Hamburguesa vegetal amb guarnició Fruita de temporada	30 Sopa casolana de verdures Tofu a la planxa amb guarnició Fruita de temporada		

Centre **ARRELS**

FELIZ



VUELTA



AL COLE



cantábrico
- CÀTERING DES DE 1975 -

**La Dietista-Nutricionista
ens diu:**

Feliç tornada!!!!

**Aproveu els dies de més calor
d'aquest mes per continuar fent
sortides a la platja o a la piscina.
Nedar o jugar dins l'aigua és una
activitat molt saludable.**

**Excursions per la muntanya o passejar
per la ciutat, gaudir de l'aire lliure i del
sol.**

**Mantenir les sortides a l'aire lliure i al
sol durant tot l'any és un hàbit molt
saludable. No el perdís!**

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

	8 Macarrons amb tomàquet i formatge Verdures de temporada Fruita de temporada	9 Ensaladilla russa Hamburguesa vegetal amb guarnició Fruita de temporada	10 Arròs tres delícies Verdures de temporada Làctic soja	FESTIU
14 Mongetes blanques amb verdures Verdures de temporada Fruita de temporada	15 Espaguetis amb tomàquet Seitè a la planxa amb guarnició Fruita de temporada	16 Crema de carbassa Llenties amb verdures Fruita de temporada	17 Arròs amb sofregit de tomàquet Verdures de temporada Fruita de temporada	18 Tricolor de verdures (mongeta tendra, patata i pastanaga) Hamburguesa vegetal amb guarnició Làctic soja
21 Llacets amb salsa de tomàquet i xampinyons Verdures de temporada Fruita de temporada	22 Llenties amb hortalisses Verdures de temporada Fruita de temporada	23 Bròquil amb patata Seitè a la planxa amb guarnició Fruita de temporada	FESTIU	25 Arròs amb hortalisses Hamburguesa vegetal amb guarnició Làctic soja
28 Cigrons estofat amb verdures Verdures de temporada Fruita de temporada	29 Macarrons amb tomàquet Hamburguesa vegetal amb guarnició Fruita de temporada	30 Sopa casolana de verdures Tofu a la planxa amb guarnició Fruita de temporada		

Centre **ARRELS**

FELIZ



VUELTA



AL COLE



cantábrico

- CÀTERING DES DE 1975 -

La Dietista-Nutricionista ens diu:

Feliç tornada!!!!

Aproveu els dies de més calor d'aquest mes per continuar fent sortides a la platja o a la piscina. Nedar o jugar dins l'aigua és una activitat molt saludable.

Excursions per la muntanya o passejar per la ciutat, gaudir de l'aire lliure i del sol.

Mantenir les sortides a l'aire lliure i al sol durant tot l'any és un hàbit molt saludable. No el perdís!

SENSE LACTOSA NI PROT. LLET VACA INDIVIDUAL - Setembre 2026

Menú diari
Valor nutricional

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

	8 Macarrons amb tomàquet Pit de pollastre al forn amb xips Fruita de temporada	9 Ensaladilla russa Bacallà al forn amb amanida Fruita de temporada	10 Arròs tres delícies Truita de patata i carbassó amb tomàquet provençal Làctic sense lactosa	FESTIU
14 Mongetes blanques amb verdures Lluç al forn amb guarnició Fruita de temporada	15 Espaguetis amb tomàquet Gall dindi a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	16 Crema de carbassa Llenties amb verdures Fruita de temporada	17 Arròs amb sofregit de tomàquet Truita de patata i ceba amb enciam i cogombre Fruita de temporada	18 Tricolor de verdures (mongeta tendra, patata i pastanaga) Quart de pollastre al forn amb tomàquet amanit Làctic sense lactosa
21 Llacets amb salsa de tomàquet i xampinyons Hamburguesa casolana de vedella amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	22 Llenties amb hortalisses Lluç al forn amb tomàquet provençal Fruita de temporada	23 Bròquil amb patata Tacs de pollastre estofats amb xampinyons Fruita de temporada	FESTIU	25 Arròs amb hortalisses Truita de patata amb enciam i olives Làctic sense lactosa
28 Cigrons estofat amb verdures Llom de porc al forn amb tomàquet amanit Fruita de temporada	29 Macarrons amb tomàquet Bacallà al forn amb enciam i cogombre Fruita de temporada	30 Sopa de pollastre amb pasta Daus de gall dindi en salsa amb pastanaga i xampinyons Fruita de temporada		

Centre **ARRELS**

Menús revisats per: Cristina Ballester de Cendra - Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Número de col·legiada: CAT001099

R.E.S.I.P.A.C. 26.4368/CAT. N.R.S. 26/01796-B

FELIZ**VUELTA****AL COLE****cantábrico**

- CÀTERING DES DE 1975 -

**La Dietista-Nutricionista
ens diu:****Feliç tornada!!!!**

**Aproveu els dies de més calor
d'aquest mes per continuar fent
sortides a la platja o a la piscina.
Nedar o jugar dins l'aigua és una
activitat molt saludable.**

**Excursions per la muntanya o passejar
per la ciutat, gaudir de l'aire lliure i del
sol.**

**Mantenir les sortides a l'aire lliure i al
sol durant tot l'any és un hàbit molt
saludable. No el perdís!**

*Dilluns**Dimarts**Dimecres**Dijous**Divendres*

	8 Macarrons amb tomàquet i formatge Pit de pollastre al forn amb xips Fruita de temporada	9 Ensaladilla russa Bacallà al forn amb amanida Fruita de temporada	10 Arròs tres delícies Truita de patata i carbassó amb tomàquet provençal logurt	FESTIU
14 Mongetes blanques amb verdures Lluç al forn amb guarnició Fruita de temporada	15 Espaguetis a la carbonara Cordon bleu de gall dindi amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	16 Crema de carbassa Llenties amb verdures Fruita de temporada	17 Arròs amb sofregit de tomàquet Truita de patata i ceba amb enciam i cogombre Fruita de temporada	18 Tricolor de verdures (mongeta tendra, patata i pastanaga) Quart de pollastre al forn amb tomàquet amanit logurt
21 Llacets amb salsa de tomàquet i xampinyons Hamburguesa casolana de vedella amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	22 Llenties amb hortalisses Lluç a la planxa amb tomàquet provençal Fruita de temporada	23 Bròquil amb patata Tacs de pollastre estofats amb xampinyons Fruita de temporada	FESTIU	25 Arròs amb hortalisses Truita de patata amb enciam i olives logurt
28 Cigrons estofats amb verdures Llom de porc al forn amb tomàquet amanit Fruita de temporada	29 Macarrons integrals a la bolonyesa Lluç a la planxa amb enciam i cogombre Fruita de temporada	30 Sopa de pollastre amb pasta Daus de gall dindi en salsa amb pastanaga i xampinyons Fruita de temporada		

Centre

ARRELS