

SENSE FRUCTOSA I SORBITOL NOVEMBRE

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1



4

11 725 Kcal 19,95 Gr 0,00 AGS 36,11 Prot 96,96 HC
Arròs blanc amb oli d'oliva
Filet de lluç al forn amb all i julivert 4
Enciam i llavors de carbassa 9
Pa blanc 1-2T-3T-8T-11T-12T
logurt natural 2

18 696 Kcal 19,13 Gr 0,00 AGS 33,86 Prot 93,58 HC
Llenties amb arròs (baix en fructosa)
Remenat d'ou 3
Enciam i olives negres
Pa blanc 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita (baixa en fructosa)

25 704 Kcal 25,09 Gr 0,00 AGS 39,54 Prot 85,88 HC
Tallarines amb oli d'oliva 1-3T-8T-11T
Bacallà al forn 4-13T
Enciam
Pa blanc 1-2T-3T-8T-11T-12T
logurt natural 2

5 680 Kcal 21,54 Gr 0,00 AGS 25,10 Prot 94,88 HC
Arròs blanc amb oli d'oliva
Remenat d'ou 3
Enciam
Pa blanc 1-2T-3T-8T-11T-12T
logurt natural 2

12 555 Kcal 14,91 Gr 0,00 AGS 16,74 Prot 85,83 HC
Crema de carbassa (baix en fructosa)
Truita francesa 3
Enciam
Pa blanc 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita (baixa en fructosa)

19 670 Kcal 21,85 Gr 0,00 AGS 39,52 Prot 73,85 HC
Bròquil i patata
Llom a la planxa
Pa blanc 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita (baixa en fructosa)

26 649 Kcal 26,31 Gr 0,00 AGS 23,82 Prot 80,47 HC
Crema de carbassó (baix en fructosa)
Truita de patates (sense cebes) 3
Enciam i olives negres
Pa blanc 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita (baixa en fructosa)

6 625 Kcal 13,82 Gr 0,00 AGS 37,58 Prot 86,57 HC
Macarrons amb oli d'oliva 1-3T-8T-11T
Pit de pollastre a la planxa
Enciam
Pa blanc 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita (baixa en fructosa)

13 638 Kcal 17,48 Gr 0,00 AGS 32,80 Prot 86,57 HC
Macarrons amb oli d'oliva 1-3T-8T-11T
Aletes de pollastre al forn
Enciam
Pa blanc 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita (baixa en fructosa)

20 591 Kcal 17,97 Gr 0,00 AGS 19,14 Prot 85,88 HC
Espirals amb oli d'oliva 1-3T-8T-11T
Peix fresc al forn 4
Enciam
Pa blanc 1-2T-3T-8T-11T-12T
logurt natural 2

27 699 Kcal 14,33 Gr 0,00 AGS 31,82 Prot 108,58 HC
Arròs blanc amb oli d'oliva
Gall d'indi a la planxa
Enciam
Pa blanc 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita (baixa en fructosa)

7 684 Kcal 22,88 Gr 0,00 AGS 39,15 Prot 75,27 HC
Collfri i patata
Llom a la planxa
Enciam i olives negres
Pa blanc 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita (baixa en fructosa)

14 489 Kcal 12,39 Gr 0,00 AGS 30,44 Prot 63,78 HC
Crema de carbassó (baix en fructosa)
Abadejo al forn 4
Enciam
Pa blanc 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita (baixa en fructosa)

21 745 Kcal 18,24 Gr 0,00 AGS 34,02 Prot 109,52 HC
Arròs blanc amb oli d'oliva
Pollastre al forn
Enciam i llavors de gira-sol 9
Pa blanc 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita (baixa en fructosa)

28 608 Kcal 20,08 Gr 0,00 AGS 40,30 Prot 114,85 HC
Arròs blanc amb oli d'oliva
Pollastre arrebossat 1-2-3-8T-12T
Enciam i olives negres
Pa blanc 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita (baixa en fructosa)

8 556 Kcal 16,86 Gr 0,00 AGS 11,39 Prot 87,65 HC
Patates amb oliva d'oliva
Peix fresc arrebossat 1-2-3-4-8T-12T
Enciam
Pa blanc 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita (baixa en fructosa)

15 400 Kcal 11,51 Gr 0,00 AGS 28,01 Prot 48,19 HC
Patata, carbassó i xampinyons al forn
Gall d'indi a la planxa
Enciam i olives negres
Pa blanc 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita (baixa en fructosa)

22 351 Kcal 6,22 Gr 0,00 AGS 9,29 Prot 63,40 HC
Crema de carbassó (baix en fructosa)
Vedella al forn amb xampinyons
Pa blanc 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita (baixa en fructosa)

29 696 Kcal 23,88 Gr 0,00 AGS 40,71 Prot 74,17 HC
Bròquil i patata
Llom a la planxa
xampinyons saltats
Pa blanc 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita (baixa en fructosa)

La cuina es reserva el dret a fer un canvi a últim moment, avisant per e-mail als centres.

En compliment del 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 $\geq 65^{\circ}\text{C}$.
Es manté calent a l'armari fins al moment de servir-ho.

Plat fred: Temperatura de conservació $\leq 8^{\circ}\text{C}$.
Es manté a la nevera fins al moment de servir-ho.

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

VOSTRA CUINA SL
Reg. San.: 26.12437-B
Av. Egara, 50 (08192)
Sant Quirze del Vallès
Tel. 93 721 20 00
www.vostracuina.com



La Vostra Cuina

C A T E R I N G