2026 - 2027

DESEMBRE

ANGLATERRA

Enjoy your meal !

Descobrim els sabors d'Anglaterra

Repte del mes: troba 3 Lucy en el menú

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 Arròs amb verdures i tomàquet Filet de lluç amb patates i ceba cruixent al forn Fruita de temporada	2 Coliflor eco amb patata Rodó de vedella amb xampinyons i amanida (a elecció)* Iogurt natural	3 Crema de carbassó amb crostons Truita de patata amb enciam i olives Fruita de temporada	4 Macarrons integrals amb tomàquet i formatge Pollastre amb allada i amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada
7 FESTA	8 FESTA	9 Arròs amb salsa de tomàquet Truita a la francesa amb enciam i olives Iogurt natural	10 Bròquil eco amb patata Hamburguesa de vedella i porc amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	11 Fideuà de peix i marisc amb salsa allioli Pit de pollastre a la planxa amb salsa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada
14 Llenties estofades amb verdures Truita de carbassó amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	15 Arròs 3 delícies (blat de moro, pèsols, pastanaga i salsa de soja) Broqueta de pollastre amb patates al forn Fruita de temporada	16 Crema de carbassa Filet de lluç enfarinat i enciam i pastanaga Fruita de temporada	17 Mongeta tendra, patata i pastanaga Botifarra de porc amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	18 Escudella de Nadal Pollastre amb panses, prunes i xips Natilles i neules
21 Espirals amb tomàquet i formatge Truita a la francesa amb enciam i olives Fruita de temporada				

PLATS TRADICIONALS



Fish and Chips (Filet de lluç amb patates i ceba cruixent al forn)



Roast Chicken (Broqueta de pollastre amb patates al forn)



Pub-Style Burger (Hamburguesa de vedella i porc amb enciam i pastanaga)

DIMECRES 2: A ELECCIÓ DEL CENTRE SI ES VOL AMANIDA O NO DE GUARNICIÓ

- 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 ≥ 63°C. Es manté calent a l'armari fins al moment de servir-ho.
- Plat fred: Temperatura de conservació ≤ 8°C. Es manté a la nevera fins al moment de servir-ho.
- Tot el menjar és per a consum immediat.
- Pollastre, llom, peix i calamars arrebossats pels nostres cuiners.

VOSTRA CUINA SL
Reg. San.: 26-03850/B.
Av. Égara, 50 (08192)
Sant Quirze del Vallès
Tel. 93 721 20 00
www.vostracuina.com

La Vostra Cuina CATERING

DESEMBRE

AL MENJADOR ESCOLAR
Perquè els àpats compartits fan la vida més bona!

El menjador no és només un lloc per omplir l'estómac. És un espai on compartim, riem, parlem i fem amics!
Menjar plegats és una de les coses més boniques que podem fer. Descobreix per què!



PER QUÈ ÉS TAN ESPECIAL MENJAR JUNTS?

😄 Ens fa més feliços Riure i parlar durant el menjar fa que ens sentim bé per dins.	🧠 Aprenem a parlar Conversant aprenemos paraules noves i expliquem les nostres idees.	💪 Mengem millor Quan mengem acompanyats, tenim més ganes de provar coses noves!



COM FER DEL MENJADOR UN LLOC GENIAL?

😊	Saluda als teus companys! Quan arribes a la taula, digues hola a qui tens al costat. Un somriure canvia el dia!
👂	Escolta i espera el teu torn Al menjador hi ha moltes converses alhora. Practica escoltar i esperar que els altres acabin de parlar.
🙌	Ajuda si pots! Si veus que algú necessita algo, una servilleta, ofereix-te a ajudar. Els petits gestos compten molt.
🌍	Respeta tots els menjars A la taula hi ha nens i nenes de molts llocs del món. Cada cultura té plats especials. Sigues curiosos i respectuós!
🚫📱	Sense pressa! El menjador és un moment per desconnectar i gaudir. Mastega a poc a poc i gaudeix de la companyia.

EL TEU REPTE D'AVUI!

Avui al menjador, explica als teus companys de taula una cosa bona que t'hagi passat avui.



El menjador és la nostra taula gran. Cuidem-la entre tots! 🍽️

La Vostra Cuina
CATERING

RECOMANEM...




Albergínia


Enciam


Bledes


Pebrot vermell


Pebrot verd


Carxofa


Carbassa


Ceba


Porro


Mandarina


Coliflor


Pastanaga


Espinacs


Plàtan


Kiwi


Tomàquet


Espinacs


Poma


Patata


Moniato

COMENCEM AMB UN BON ESMORZAR!

- Llet amb flocs de blat de moro
- Bol de iogurt amb daus de poma i musli
- Pa integral amb rodanxes de tomàquet i oli d'oliva verge
- Macedònia de fruita fresca amb fruits secs* picats (avellanes, nous, ametlles, etc.)
- Pa integral de llavors amb tomàquet i formatge tendre

I A L'HORA DE L'ESBARJO?

- Un plàtan i un grapat de fruita seca* (nous, avellanes, ametlles, etc.)
- Mandarines i un grapat de fruita seca* (nous, avellanes, ametlles, etc.)
- Entrepà d'hummus amb escalivada
- Una pera i un grapat de fruita dessecada (panses, orellanes,

PER BERENAR:

- Una o dues peces de fruita fresca i bastonets de de pa integral.
- Un grapat de fruita seca* crua o torrada (nous, ametlles, avellanes, etc.).
- Un iogurt o un got de llet amb musli.
- Macedònia de fruita fresca amb iogurt.
- Un tros de coca casolana i una peça de fruita.
- Batut de fruita (llet i trossos de fruita fresca) amb fruita seca*.

*Fruita seca:

A partir dels 6 mesos d'edat es pot consumir qualsevol tipus de fruita seca, això sí, triturada o en pols o en forma de crema, per evitar el risc d'ennuegament. A partir dels 3 anys, aproximadament, els infants ja poden prendre fruita seca sencera, sempre amb la supervisió d'un adult.

PER SOPAR:

Si heu dinat...	Podeu sopar...
Hortalisses	Hortalisses
Llegum	Llegum, peix, ou o carn
Peix	Llegum, ou o carn
Ou	Llegum, peix o carn
Carn	Llegum, peix o ou
Patata o moniato	Pasta, arròs, pa o altres cereals
Pasta, arròs, pa o altres cereals	Patata o moniato
Fruita fresca	Fruita fresca
Altres	Fruita fresca

CATERING VOSTRA CUINA
Reg. San.: 26.03850-B
Av. Egara,50 (08192)- Sant Quirze del Vallès
Tel. 937212000 www.vostracuina.com

COMIDAS / Basal (L-V) / Infants (3 a 12 anys)

lunes, 30 noviembre, 2026

Comida Primer Plato

Llenties estofades amb verdures / Lentejas estofadas con verduras
llenties , patata, passatge (tomàquet triturat (sal i àcid cítric), ceba, porro,aigua,sucre,oli gira-sol,sal, all), pastanaga, sal iodada

Comida Segundo Plato

Hamburguesa de coliflor i formatge / Hamburguesa de coliflor y queso
hamburguesa coliflor i formatge (coliflor (39%), pa ratllat (farina de BLAT, llevat, sal), formatge (13%) (LLET, OU), oli de gira-sol, aigua, midó de blat de moro, farina de BLAT,porro,crema (LLET), SÈSAM (1%), julivert, sal iodada (sal, iodur de potassi), pebre blanc), oli de gira-sol

Gluten, Llet i derivats(lactosa), Ou, Sèsam

Comida Guarnición

Enciam i pastanaga ratllada / Lechuga y zanahoria rallada
enciam, amanida camperola (enciam romà, escarola arrissada, radicchio i lollo vermell.), pastanaga (pastanaga, aigua, vinagre d'alcohol, sal, acidulant E-330 i antioxidant E-300.)

Pan

Pa integral / Pan integral
Integral 200 G Larga 20% (farina de BLAT, aigua, farina integral 100% de BLAT, segó de BLAT, llevat, sal)

Gluten, Llet i derivats(lactosa) (T), Ou (T), Soja (T), Mostassa (T), Sèsam (T)

Comida Postre

Fruita de temporada / fruta otoño/invierno
Pruna Vermella, Kiwi, Kaki Persimon, poma, pinya, Banana, taronja, Mandarina, Pera Conference

martes, 1 diciembre, 2026

Comida Primer Plato

Arròs amb verdures i tomàquet / Arroz con verduras y tomate
arròs, passatge (tomàquet triturat (sal i àcid cítric), ceba, porro,aigua,sucre,oli gira-sol,sal, all), saltat campestre (mongeta groga, mongeta tendra, pastanaga, albergínia fregida (albergínia i oli de girasol) i ceba), oli de gira-sol, all, sal iodada

Comida Segundo Plato

Filet de lluç amb patates i ceba cruixent / Filete de merluza con patatas y cebolla
lluç (lluç (PEIX), aigua, estabilitzant (E451)), patata, oli de pinyolada, ceba (ceba, oli de palma, farina de BLAT, sal), sal iodada, all, pebre vermell de la vera dolç, julivert

Gluten, Peix

Pan

Pa integral / Pan integral
Integral 200 G Larga 20% (farina de BLAT, aigua, farina integral 100% de BLAT, segó de BLAT, llevat, sal)

Gluten, Llet i derivats(lactosa) (T), Ou (T), Soja (T), Mostassa (T), Sèsam (T)

Comida Postre

Fruita de temporada / fruta otoño/invierno
Pruna Vermella, Kiwi, Kaki Persimon, poma, pinya, Banana, taronja, Mandarina, Pera Conference

miércoles, 2 diciembre, 2026

Comida Primer Plato

Coliflor ECO i patata / Coliflor ECO con patatas
patata, coliflor eco, oli oliva, sal iodada

Comida Segundo Plato

Rodó de vedella al forn amb xampinyons / Redondo de ternera al horno con champiñones
vedella, xampinyó (xampinyó cultivat(agaricus bisporus),aigua, sal i corrector de l'acidesa:àcid cítric(E-330)), passatge (tomàquet triturat (sal i àcid cítric), ceba, porro,aigua,sucre,oli gira-sol,sal, all), oli de gira-sol, ceba, porro, pastanaga, sal iodada, pebre vermell de la vera dolç, farigola mòlta, orenga, romaní

Comida Guarnición

Enciam i blat de moro(opcional) / Lechuga y maiz (opcional)
enciam, amanida camperola (enciam romà, escarola arrissada, radicchio i lollo vermell.), blat de moro cuit (blat de moro,aigua,sal,àcid cítric i ascòrbic)

Pan

Pa integral / Pan integral
Integral 200 G Larga 20% (farina de BLAT, aigua, farina integral 100% de BLAT, segó de BLAT, llevat, sal)

Gluten, Llet i derivats(lactosa) (T), Ou (T), Soja (T), Mostassa (T), Sèsam (T)

Comida Postre

Iogurt natural / yogurt natural
Iogurt Cabrianes Natural (LLET fresca pasteuritzada, LLET desnatada en pols, proteïnes de LLET i ferments LÀCTICS)

Llet i derivats(lactosa)

jueves, 3 diciembre, 2026

Comida Primer Plato

Crema de carbassó / Crema de calabacín
patata, carbassó, carbassó, ceba , oli de gira-sol, sal iodada

Crostons / Picatostes
crostons (farina de BLAT, oli vegetal (gira-sol), GLUTEN de BLAT, sal, sucre i llevat.)

Gluten, Llet i derivats(lactosa) (T), Soja (T), Fruits secs de closca (T), Sèsam (T)

Comida Segundo Plato

Truita de patates / Tortilla de patatas
truita patata i ceba (patata fregida 58% (patata, oli de gira-sol), OU pasteuritzat, ceba fregida 8% (ceba, oli d'oliva verge, sal i corrector de l'acidesa E-330), midó modificat de patata, oli de gira-sol, sal, aroma.)

Ou

Comida Guarnición

Enciam i olives negres / Lechuga y olivas negras
enciam, amanida camperola (enciam romà, escarola arrissada, radicchio i lollo vermell.), olives negres (olives, aigua, sal i estabilitzant: gluconato ferrós)

Pan

Pa integral / Pan integral
Integral 200 G Larga 20% (farina de BLAT, aigua, farina integral 100% de BLAT, segó de BLAT, llevat, sal)

CATERING VOSTRA CUINA
Reg. San.: 26.03850-B
Av. Egara,50 (08192)- Sant Quirze del Vallès
Tel. 937212000 www.vostracuina.com

COMIDAS / Basal (L-V) / Infants (3 a 12 anys)

Gluten, Llet i derivats(lactosa) (T), Ou (T), Soja (T), Mostassa (T), Sèsam (T)

Comida Postre	**Fruita de temporada / fruta otoño/invierno** Pruna Vermella, Kiwi, Kaki Persimon, poma, pinya, Banana, taronja, Mandarina, Pera Conference

viernes, 4 diciembre, 2026

Comida Primer Plato	**Macarrons integrals amb tomàquet / Macarrones integrales con tomate** macarrons integrals (BLAT), passatge (tomàquet triturat (sal i àcid cítric), ceba, porro,aigua,sucre,oli gira-sol,sal, all), sal iodada Gluten, Soja (T), Mostassa (T)
	Formatge ratllat / Queso rallado formatge (formatge(LLET),midó,proteïna LLET,midó modific,sal fos(E452,E340,E331),margarina(greix vegetal (palma),aigua,emulgents(E471(palma, girasol),E322 (girasol)),sal,correct acidesa(E330),conserv(E202),antioxid(E306, E304),color.(E160a)),sal, estab(E410, E407),cons(E202),fibra alimentària) Llet i derivats(lactosa)
Comida Segundo Plato	**Pernilets de pollastre a l'allet / Jamoncitos de pollo al ajillo** pernilets de pollastre, Alls Secs, oli de gira-sol, sal iodada
Comida Guarnición	**Enciam i tomàquet / Lechuga y tomate** enciam, amanida camperola (enciam romà, escarola arrissada, radicchio i lollo vermell.), tomàquet
Pan	**Pa integral / Pan integral** Integral 200 G Larga 20% (farina de BLAT, aigua, farina integral 100% de BLAT, segó de BLAT, llevat, sal) Gluten, Llet i derivats(lactosa) (T), Ou (T), Soja (T), Mostassa (T), Sèsam (T)
Comida Postre	**Fruita de temporada / fruta otoño/invierno** Pruna Vermella, Kiwi, Kaki Persimon, poma, pinya, Banana, taronja, Mandarina, Pera Conference

miércoles, 9 diciembre, 2026

Comida Primer Plato	**Arròs amb tomàquet / Arroz con tomate** passatge (tomàquet triturat (sal i àcid cítric), ceba, porro,aigua,sucre,oli gira-sol,sal, all), arròs, oli de gira-sol, all, sal iodada
Comida Segundo Plato	**Truita francesa / Tortilla a la francesa** truita francesa (OU líquid pasteuritzat, oli de gira-sol, midó modificat, sal, conservador (acetat sòdic), estabilitzant (goma xantana), antioxidant (àcid cítric).) Ou
Comida Guarnición	**Enciam i olives negres / Lechuga y olivas negras** enciam, amanida camperola (enciam romà, escarola arrissada, radicchio i lollo vermell.), olives negres (olives, aigua, sal i estabilitzant: gluconato ferrós)
Pan	**Pa integral / Pan integral** Integral 200 G Larga 20% (farina de BLAT, aigua, farina integral 100% de BLAT, segó de BLAT, llevat, sal) Gluten, Llet i derivats(lactosa) (T), Ou (T), Soja (T), Mostassa (T), Sèsam (T)
Comida Postre	**Iogurt natural / yogurt natural** Iogurt Cabrianes Natural (LLET fresca pasteuritzada, LLET desnatada en pols, proteïnes de LLET i ferments LÀCTICS) Llet i derivats(lactosa)

jueves, 10 diciembre, 2026

Comida Primer Plato	**Bròquil ECO i patata / Brócoli ECO con patatas** patata, bròquil eco, oli d'oliva verge extra, sal iodada
Comida Segundo Plato	**Hamburguesa de vedella i porc a la planxa / Hamburguesa de ternera y cerdo a la plancha** hamburguesa mixta (carn picada de vedella(42%) i porc(42%), aigua,flocs de pèsols (4.4%), sal, espècies i conservador (SULFIT de sodi), pebre vermell i extracte de orenga), oli de gira-sol Sulfits
Comida Guarnición	**Enciam i pastanaga ratllada / Lechuga y zanahoria rallada** enciam, amanida camperola (enciam romà, escarola arrissada, radicchio i lollo vermell.), pastanaga (pastanaga, aigua, vinagre d'alcohol, sal, acidulant E-330 i antioxidant E-300.)
Pan	**Pa integral / Pan integral** Integral 200 G Larga 20% (farina de BLAT, aigua, farina integral 100% de BLAT, segó de BLAT, llevat, sal) Gluten, Llet i derivats(lactosa) (T), Ou (T), Soja (T), Mostassa (T), Sèsam (T)
Comida Postre	**Fruita de temporada / fruta otoño/invierno** Pruna Vermella, Kiwi, Kaki Persimon, poma, pinya, Banana, taronja, Mandarina, Pera Conference

viernes, 11 diciembre, 2026

Comida Primer Plato	**Fideuà de peix i marisc / Fideua de pescado y marisco(sin alioli)** fideus (BLAT), tires de potó (MOL·LUSC,aigua,sal,ant (àcid cítric E330; citrat de sodi E331),corrector d'acidesa(citrat potàssic E332)), passatge (tomàquet triturat (sal i àcid cítric), ceba, porro,aigua,sucre,oli gira-sol,sal, all), preparat sopa de marisc s/c (POTÓN i musclo (MOL·LUSCS), gamba, cloïssa (CRUSTACIS), SULFITS (E223), estabilizants (E450, E451, E452, E501), antioxidants (E330,E331)), pebrot vermell, oli d'oliva verge extra, all, sal iodada, brou de peix (sal, midó de blat de moro, pot del sabor (glutamat monosódico), sucre, greix de palma, hidrolitzat SOIA, gamba (CRUSTACIS) i PEIX deshidratat, extracte de llevat, ceba, colorants (E150d, E160c), aroma PEIX, CRUSTACIS, oli oliva, cúrcuma, antioxidant (extracte de romaní)), pebre blanc, julivert

CATERING VOSTRA CUINA
Reg. San.: 26.03850-B
Av. Egara,50 (08192)- Sant Quirze del Vallès
Tel. 937212000 www.vostracuina.com

COMIDAS / Basal (L-V) / Infants (3 a 12 anys)

Gluten, Llet i derivats(lactosa) (T), Ou (T), Peix (T), Crustacis, Mol·luscs, Soja (T), Mostassa (T), Sulfits

Salsa all i oli / salsa alioli
oli de gira-sol, salsa all i oli (OU, all, sal, dextrosa, ALBÚMINA, oli d'oliva, aroma, espessidor (E-415), potenciador de sabor (glutamat monosodico), acidulant (àcid cítric), colorant (betacarotè)), sal iodada

Llet i derivats(lactosa), Ou, Peix (T), Cacauet (T), Fruits secs de closca (T), Api (T)

Comida Segundo Plato

Pit de pollastre a la planxa amb salsa / Pechuga de pollo a la plancha con salsa
pollastre, passatge (tomàquet triturat (sal i àcid cítric), ceba, porro,aigua,sucre,oli gira-sol,sal, all), pastanaga, oli de pinyolada, sal iodada, pebre vermell de l(s vera dolç

Comida Guarnición

Enciam i blat de moro / Lechuga y maiz
enciam, amanida camperola (enciam romà, escarola arrissada, radicchio i lollo vermell.), blat de moro cuit (blat de moro,aigua,sal,àcid cítric i ascòrbic)

Pan

Pa integral / Pan integral
Integral 200 G Larga 20% (farina de BLAT, aigua, farina integral 100% de BLAT, segó de BLAT, llevat, sal)

Gluten, Llet i derivats(lactosa) (T), Ou (T), Soja (T), Mostassa (T), Sèsam (T)

Comida Postre

Fruita de temporada / fruta otoño/invierno
Pruna Vermella, Kiwi, Kaki Persimon, poma, pinya, Banana, taronja, Mandarina, Pera Conference

lunes, 14 diciembre, 2026

Comida Primer Plato

Llenties estofades amb verdures / Lentejas estofadas con verduras
llenties , patata, passatge (tomàquet triturat (sal i àcid cítric), ceba, porro,aigua,sucre,oli gira-sol,sal, all), pastanaga, sal iodada

Comida Segundo Plato

Truita de carbassó i patata / Tortilla de calabacín y patata
truita de patata i carbassó (patata fregida 52% (patata, oli de gira-sol), OU pasteuritzat, carbassó 14%, midó modificat de patata, oli de gira-sol, sal, corrector de l'acidesa, aroma de carbassó)

Ou

Comida Guarnición

Enciam i blat de moro / Lechuga y maiz
enciam, amanida camperola (enciam romà, escarola arrissada, radicchio i lollo vermell.), blat de moro cuit (blat de moro,aigua,sal,àcid cítric i ascòrbic)

Pan

Pa integral / Pan integral
Integral 200 G Larga 20% (farina de BLAT, aigua, farina integral 100% de BLAT, segó de BLAT, llevat, sal)

Gluten, Llet i derivats(lactosa) (T), Ou (T), Soja (T), Mostassa (T), Sèsam (T)

Comida Postre

Fruita de temporada / fruta otoño/invierno
Pruna Vermella, Kiwi, Kaki Persimon, poma, pinya, Banana, taronja, Mandarina, Pera Conference

martes, 15 diciembre, 2026

Comida Primer Plato

Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) / Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz y guisantes)
arròs, blat de moro cuit (blat de moro,aigua,sal,àcid cítric i ascòrbic), pastanaga, pèsols, salsa soia (aigua, sucre, proteïna de SOIA hidrolitzada (10%), colorant E-150d, sal, estabilitzador E-415, aroma, acidulant E-330), oli d'oliva verge extra, sal iodada

Soja

Comida Segundo Plato

Broqueta de pollastre amb patates / Brocheta de pollo con patatas
patata, tacs ranxers (pollastre, aigua, oli de gira-sol, preparat broquetes morunes vermelles [sal, pebre vermell dolç, barreja d'espècies, dextrosa i antioxidants (E-301,E-331iii)], sal, preparat broquetes morunes grogues [sal, barreja d'espècies, dextrosa i antioxidants (E-301,E-331iii)], potenciador del sabor (dextrosa, sal, espècies i hidrolitzat de proteïnes vegetals), espècies (pebre vermell dolç, all, pebre negre, orenga i julivert) i conservador (ascorbat sòdic)), oli de gira-sol, sal iodada

Gluten, Api (T), Mostassa (T), Sèsam (T), Sulfits (T)

Pan

Pa integral / Pan integral
Integral 200 G Larga 20% (farina de BLAT, aigua, farina integral 100% de BLAT, segó de BLAT, llevat, sal)

Gluten, Llet i derivats(lactosa) (T), Ou (T), Soja (T), Mostassa (T), Sèsam (T)

Comida Postre

Fruita de temporada / fruta otoño/invierno
Pruna Vermella, Kiwi, Kaki Persimon, poma, pinya, Banana, taronja, Mandarina, Pera Conference

miércoles, 16 diciembre, 2026

Comida Primer Plato

Crema de carbassa / Crema de calabaza
patata, carbassa, ceba , oli de gira-sol, sal iodada

Comida Segundo Plato

Filet de lluç enfarinat / Filete de merluza enharinado
lluç (lluç (PEIX), aigua, estabilitzant (E451)), pa ratllat (farina de BLAT, aigua, llevat, sal), farina (BLAT), oli de gira-sol, sal iodada

Gluten, Peix, Soja (T), Mostassa (T), Sèsam (T)

Comida Guarnición

Enciam i pastanaga ratllada / Lechuga y zanahoria rallada
enciam, amanida camperola (enciam romà, escarola arrissada, radicchio i lollo vermell.), pastanaga (pastanaga, aigua, vinagre d'alcohol, sal, acidulant E-330 i antioxidant E-300.)

Pan

Pa integral / Pan integral
Integral 200 G Larga 20% (farina de BLAT, aigua, farina integral 100% de BLAT, segó de BLAT, llevat, sal)

Gluten, Llet i derivats(lactosa) (T), Ou (T), Soja (T), Mostassa (T), Sèsam (T)

CATERING VOSTRA CUINA
Reg. San.: 26.03850-B
Av. Egara,50 (08192)- Sant Quirze del Vallès
Tel. 937212000 www.vostracuina.com

COMIDAS / Basal (L-V) / Infants (3 a 12 anys)

Comida Postre	**Fruita de temporada / fruta otoño/invierno** Pruna Vermella, Kiwi, Kaki Persimon, poma, pinya, Banana, taronja, Mandarina, Pera Conference

jueves, 17 diciembre, 2026

Comida Primer Plato	**Mongeta tendra, patata i pastanaga / Judias verdes, patata y zanahorias** patata, mongeta tendra , pastanaga, oli d'oliva verge extra, sal iodada
Comida Segundo Plato	**Botifarra de porc / Butifarra de cerdo a la plancha** botifarra (carn de picada de porc(87%), aigua, flocs de pèsol, sal, pebre, conservador(SULFIT de sodi) i extracte d'orenga), oli de gira-sol Sulfits
Comida Guarnición	**Enciam i tomàquet / Lechuga y tomate** enciam, amanida camperola (enciam romà, escarola arrissada, radicchio i lollo vermell.), tomàquet
Pan	**Pa integral / Pan integral** Integral 200 G Larga 20% (farina de BLAT, aigua, farina integral 100% de BLAT, segó de BLAT, llevat, sal) Gluten, Llet i derivats(lactosa) (T), Ou (T), Soja (T), Mostassa (T), Sèsam (T)
Comida Postre	**Fruita de temporada / fruta otoño/invierno** Pruna Vermella, Kiwi, Kaki Persimon, poma, pinya, Banana, taronja, Mandarina, Pera Conference

viernes, 18 diciembre, 2026

Comida Primer Plato	**Escudella de Nadal / Escudella de Navidad** llavor meló (sèmola de BLAT dur), ossos vedella, patata, carcasses de pollastre, cigrons (cigrons,aigua, sal, segrestant: EDTA (E-385) i conservant: METABISULFIT sòdic (E223)), carcasses de pollastre, verdures sopa (coliflor, patata, pastanaga, porro, API, fesol tendre, pebrot i ceba.), mandonguilla mini mixta (carn de porc (41%), carn de vedella (41%), aigua, sal, midó de blat de moro, proteïna vegetal de SOIA, dextrosa, conservador (E-224), SULFITS, espècies, antioxidants (E-301), colorant (E-120), proteïna de porc, all (2g), julivert (2g) i farina d'arròs), pastanaga, sal iodada Gluten, Ou (T), Soja, Api, Mostassa (T), Sulfits
Comida Segundo Plato	**Pollastre al forn amb panses i prunes / Pollo al horno con pasas y ciruelas** pernilets de pollastre, passatge (tomàquet triturat (sal i àcid cítric), ceba, porro,aigua,sucre,oli gira-sol,sal, all), pastanaga, oli de gira-sol, prunes, panses (panses i oli de cotó), sal iodada Cacauet, Fruits secs de closca (T)
Comida Guarnición	**Patates xips / patatas chips** Xips 450g (patata, oli de gira-sol i sal.)
Pan	**Pa integral / Pan integral** Integral 200 G Larga 20% (farina de BLAT, aigua, farina integral 100% de BLAT, segó de BLAT, llevat, sal) Gluten, Llet i derivats(lactosa) (T), Ou (T), Soja (T), Mostassa (T), Sèsam (T)
Comida Postre	**natilles i neules / natillas y neulas** Crema Vainilla* (LLET fresca, esterilitzada, sucre, nata, espessidor (E-1442), OU en pols (0,2%), aroma, gelificant (carragenans), colorant (beta-carotè) i sal.), Neula Gluten, Llet i derivats(lactosa), Ou, Cacauet (T), Soja, Fruits secs de closca (T), Sèsam (T)

lunes, 21 diciembre, 2026

Comida Primer Plato	**Espirals amb tomàquet / Espirales con tomate** espirals (sèmola de BLAT dur), passatge (tomàquet triturat (sal i àcid cítric), ceba, porro,aigua,sucre,oli gira-sol,sal, all), sal iodada Gluten, Ou (T), Soja (T), Mostassa (T)
	Formatge ratllat / Queso rallado formatge (formatge(LLET),midó,proteïna LLET,midó modific,sal fos(E452,E340,E331),margarina(greix vegetal (palma),aigua,emulgents(E471(palma, girasol),E322 (girasol)),sal,correct acidesa(E330),conserv(E202),antioxid(E306, E304),color.(E160a)),sal, estab(E410, E407),cons(E202),fibra alimentària) Llet i derivats(lactosa)
Comida Segundo Plato	**Truita francesa / Tortilla a la francesa** truita francesa (OU líquid pasteuritzat, oli de gira-sol, midó modificat, sal, conservador (acetat sòdic), estabilitzant (goma xantana), antioxidant (àcid cítric).) Ou
Comida Guarnición	**Enciam i olives negres / Lechuga y olivas negras** enciam, amanida camperola (enciam romà, escarola arrissada, radicchio i lollo vermell.), olives negres (olives, aigua, sal i estabilitzant: gluconato ferrós)
Pan	**Pa integral / Pan integral** Integral 200 G Larga 20% (farina de BLAT, aigua, farina integral 100% de BLAT, segó de BLAT, llevat, sal) Gluten, Llet i derivats(lactosa) (T), Ou (T), Soja (T), Mostassa (T), Sèsam (T)
Comida Postre	**Fruita de temporada / fruta otoño/invierno** Pruna Vermella, Kiwi, Kaki Persimon, poma, pinya, Banana, taronja, Mandarina, Pera Conference

Dieta ENRIC CASASSAS Desembre

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 396 *Kcal* 6,1 *Gr* 0,0 *AGS* 6,2 *Prot* 78,7 *HC* Arròs blanc (dieta) Carn, peix o truita Pa blanc 1-2T-3T-8T-9T-11T-12T Fruita	**2** 396 *Kcal* 6,1 *Gr* 0,0 *AGS* 6,2 *Prot* 78,7 *HC* Arròs blanc (dieta) Carn, peix o truita Pa blanc 1-2T-3T-8T-9T-11T-12T Fruita	**3** 396 *Kcal* 6,1*Gr* 0,0 *AGS* 6,2 *Prot* 78,7 *HC* Arròs blanc (dieta) Carn, peix o truita Pa blanc 1-2T-3T-8T-9T-11T-12T Fruita	**4** 396 *Kcal* 6,1 *Gr* 0,0 *AGS* 6,2 *Prot* 78,7 *HC* Arròs blanc (dieta) Carn, peix o truita Pa blanc 1-2T-3T-8T-9T-11T-12T Fruita
7 FESTIU	**8** FESTIU	**9** 396 *Kcal* 6,1 *Gr* 0,0 *AGS* 6,2 *Prot* 78,7 *HC* Arròs blanc (dieta) Carn, peix o truita Pa blanc 1-2T-3T-8T-9T-11T-12T Fruita	**10** 396 *Kcal* 6,1*Gr* 0,0 *AGS* 6,2 *Prot* 78,7 *HC* Arròs blanc (dieta) Carn, peix o truita Pa blanc 1-2T-3T-8T-9T-11T-12T Fruita	**11** 396 *Kcal* 6,1 *Gr* 0,0 *AGS* 6,2 *Prot* 78,7 *HC* Arròs blanc (dieta) Carn, peix o truita Pa blanc 1-2T-3T-8T-9T-11T-12T Fruita
14 396 *Kcal* 6,1 *Gr* 0,0 *AGS* 6,2 *Prot* 78,7 *HC* Arròs blanc (dieta) Carn, peix o truita Pa blanc 1-2T-3T-8T-9T-11T-12T Fruita	**15** 396 *Kcal* 6,1 *Gr* 0,0 *AGS* 6,2 *Prot* 78,7 *HC* Arròs blanc (dieta) Carn, peix o truita Pa blanc 1-2T-3T-8T-9T-11T-12T Fruita	**16** 396 *Kcal* 6,1 *Gr* 0,0 *AGS* 6,2 *Prot* 78,7 *HC* Arròs blanc (dieta) Carn, peix o truita Pa blanc 1-2T-3T-8T-9T-11T-12T Fruita	**17** 396 *Kcal* 6,1*Gr* 0,0 *AGS* 6,2 *Prot* 78,7 *HC* Arròs blanc (dieta) Carn, peix o truita Pa blanc 1-2T-3T-8T-9T-11T-12T Fruita	**18** 396 *Kcal* 6,1 *Gr* 0,0 *AGS* 6,2 *Prot* 78,7 *HC* Arròs blanc (dieta) Carn, peix o truita Pa blanc 1-2T-3T-8T-9T-11T-12T Fruita
21 396 *Kcal* 6,1 *Gr* 0,0 *AGS* 6,2 *Prot* 78,7 *HC* Arròs blanc (dieta) Carn, peix o truita Pa blanc 1-2T-3T-8T-9T-11T-12T Fruita	**22** FESTIU	**23** FESTIU	**24** FESTIU	**25** FESTIU

Alergias (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 7-Cacauet 8-Soja 9-Fruits secs de closca 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos

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 = 63ºC. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < o = 8ºC. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.

La Vostra Cuina CATERING

CATERING VOSTRA CUINA
Reg. San.: 26.03850-B
Av. Egara,50 (08192)- Sant Quirze del Vallès
Tel. 937212000 www.vostracuina.com

Al·lèrgia Fruits Secs

ENRIC CASASSAS

Desembre

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 623 *Kcal* 14,6 *Gr* 0,0 *AGS* 28,1 *Prot* 90,5 *HC* Arròs amb verdures i tomàquet Filet de lluç amb patates i ceba cruixent 1-4 Fruita de temporada	**2** 595 *Kcal* 30,7 *Gr* 0,0 *AGS* 33,5 *Prot* 42,4 *HC* Coliflor ECO i patata Rodó de vedella al forn amb xampinyons Enciam i blat de moro(opcional) Iogurt natural 2	**3** 407 *Kcal* 14,3*Gr* 0,0 *AGS* 8,5 *Prot* 59,7 *HC* Crema de carbassó Truita de patates 3 Enciam i olives negres Fruita de temporada	**4** 782 *Kcal* 21,3 *Gr* 0,0 *AGS* 40,9 *Prot* 103,1 *HC* Macarrons integrals amb tomàquet 1-8T-11T Formatge ratllat 2 Pernilets de pollastre a l'allet Enciam i tomàquet Fruita de temporada
7 FESTIU	**8** FESTIU	**9** 630 *Kcal* 22,2 *Gr* 0,0 *AGS* 18,9 *Prot* 86,8 *HC* Arròs amb tomàquet Truita francesa 3 Enciam i olives negres Iogurt natural 2	**10** 609 *Kcal* 31,0*Gr* 0,0 *AGS* 26,4 *Prot* 54,0 *HC* Bròquil ECO i patata Hamburguesa de vedella i porc a la planxa 13 Enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	**11** 682 *Kcal* 17,5 *Gr* 0,0 *AGS* 41,8 *Prot* 89,4 *HC* Fideuà de peix i marisc 1-2T-3T-4-5-6-8-11T-13 Pit de pollastre a la planxa amb salsa Enciam i blat de moro Fruita de temporada
14 509 *Kcal* 11,5 *Gr* 0,0 *AGS* 22,1 *Prot* 75,2 *HC* Llenties estofades amb verdures Truita de carbassó i patata 3 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	**15** 612 *Kcal* 17,7 *Gr* 0,0 *AGS* 29,1 *Prot* 83,3 *HC* Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) 8 Pollastre al forn amb patates Fruita de temporada	**16** 385 *Kcal* 11,8 *Gr* 0,0 *AGS* 25,3 *Prot* 43,1 *HC* Crema de carbassa Filet de lluç al forn 4 Enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	**17** 613 *Kcal* 34,2*Gr* 0,0 *AGS* 25,4 *Prot* 48,9 *HC* Mongeta tendra, patata i pastanaga Botifarra de porc 13 Enciam i tomàquet Fruita de temporada	**18** 648 *Kcal* 28,5 *Gr* 0,0 *AGS* 33,6 *Prot* 63,2 *HC* Escudella de Nadal 1-3T-8-10-11T-13 Pollastre al forn Patates xips Natilla de vainilla 2-3
21 756 *Kcal* 22,2 *Gr* 0,0 *AGS* 24,3 *Prot* 114,7 *HC* Espirals amb tomàquet 1-3T-8T-11T Formatge ratllat 2 Truita francesa 3 Enciam i olives negres Fruita de temporada	**22** FESTIU	**23** FESTIU	**24** FESTIU	**25** FESTIU

Alergias (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 7-Cacauet 8-Soja 9-Fruits secs de closca 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos

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 = 63ºC. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < o = 8ºC. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.

La Vostra Cuina CATERING

CATERING VOSTRA CUINA
Reg. San.: 26.03850-B
Av. Egara,50 (08192)- Sant Quirze del Vallès
Tel. 937212000 www.vostracuina.com

Al·lèrgia Fruits secs i Llegums

ENRIC CASASSAS

Desembre

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 623 *Kcal* 14,6 *Gr* 0,0 *AGS* 28,1 *Prot* 90,5 *HC* Arròs amb verdures i tomàquet Filet de lluç amb patates i ceba cruixent 1-4 Fruita de temporada	**2** 595 *Kcal* 30,7 *Gr* 0,0 *AGS* 33,5 *Prot* 42,4 *HC* Coliflor ECO i patata Rodó de vedella al forn amb xampinyons Enciam i blat de moro(opcional) Iogurt natural 2	**3** 407 *Kcal* 14,3*Gr* 0,0 *AGS* 8,5 *Prot* 59,7 *HC* Crema de carbassó Truita de patates 3 Enciam i olives negres Fruita de temporada	**4** 782 *Kcal* 21,3 *Gr* 0,0 *AGS* 40,9 *Prot* 103,1 *HC* Macarrons integrals amb tomàquet 1-8T-11T Formatge ratllat 2 Pernilets de pollastre a l'allet Enciam i tomàquet Fruita de temporada
7 FESTIU	**8** FESTIU	**9** 630 *Kcal* 22,2 *Gr* 0,0 *AGS* 18,9 *Prot* 86,8 *HC* Arròs amb tomàquet Truita francesa 3 Enciam i olives negres Iogurt natural 2	**10** 467 *Kcal* 15,4*Gr* 0,0 *AGS* 29,0 *Prot* 50,7 *HC* Bròquil ECO i patata Gall d'indi a la planxa amb carbassó Fruita de temporada	**11** 682 *Kcal* 17,5 *Gr* 0,0 *AGS* 41,8 *Prot* 89,4 *HC* Fideuà de peix i marisc 1-2T-3T-4-5-6-8-11T-13 Pit de pollastre a la planxa amb salsa Enciam i blat de moro Fruita de temporada
14 448 *Kcal* 14,4 *Gr* 0,0 *AGS* 10,6 *Prot* 66,2 *HC* Trinxat de col amb patata Truita de carbassó i patata 3 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	**15** 612 *Kcal* 17,8 *Gr* 0,0 *AGS* 28,7 *Prot* 83,2 *HC* Arròs 2 delícies(blat de moro i pastanaga) Pollastre al forn amb patates Fruita de temporada	**16** 385 *Kcal* 11,8 *Gr* 0,0 *AGS* 25,3 *Prot* 43,1 *HC* Crema de carbassa Filet de lluç al forn 4 Enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	**17** 597 *Kcal* 23,7*Gr* 0,0 *AGS* 15,4 *Prot* 74,9 *HC* Mongeta tendra, patata i pastanaga Truita paisana 3 Enciam i tomàquet Fruita de temporada	**18** 636 *Kcal* 30,2 *Gr* 0,0 *AGS* 30,2 *Prot* 58,9 *HC* Crema de pastanaga Pollastre al forn Patates xips Natilla de vainilla 2-3
21 756 *Kcal* 22,2 *Gr* 0,0 *AGS* 24,3 *Prot* 114,7 *HC* Espirals amb tomàquet 1-3T-8T-11T Formatge ratllat 2 Truita francesa 3 Enciam i olives negres Fruita de temporada	**22** FESTIU	**23** FESTIU	**24** FESTIU	**25** FESTIU

Alergias (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 7-Cacauet 8-Soja 9-Fruits secs de closca 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos

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 = 63ºC. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < o = 8ºC. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.

La Vostra Cuina CATERING

CATERING VOSTRA CUINA
Reg. San.: 26.03850-B
Av. Egara,50 (08192)- Sant Quirze del Vallès
Tel. 937212000 www.vostracuina.com

Halal ENRIC CASASSAS Desembre

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 732 *Kcal* 15,2 *Gr* 0,0 *AGS* 31,5 *Prot* 111,3 *HC* Arròs amb verdures i tomàquet Filet de lluç amb patates i ceba cruixent 1-4 Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**2** 704 *Kcal* 31,2 *Gr* 0,0 *AGS* 36,9 *Prot* 63,3 *HC* Coliflor ECO i patata Rodó de vedella al forn amb xampinyons Enciam i blat de moro(opcional) Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Iogurt natural 2	**3** 658 *Kcal* 21,1*Gr* 0,0 *AGS* 15,4 *Prot* 97,7 *HC* Crema de carbassó Crostons 1-2T-8T-9T-12T Truita de patates 3 Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**4** 892 *Kcal* 21,9 *Gr* 0,0 *AGS* 44,2 *Prot* 123,9 *HC* Macarrons integrals amb tomàquet 1-8T-11T Formatge ratllat 2 Pernilets de pollastre a l'allet Enciam i tomàquet Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada
7 FESTIU	**8** FESTIU	**9** 739 *Kcal* 22,8 *Gr* 0,0 *AGS* 22,3 *Prot* 107,6 *HC* Arròs amb tomàquet Truita francesa 3 Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Iogurt natural 2	**10** 635 *Kcal* 19,3*Gr* 0,0 *AGS* 38,1 *Prot* 71,5 *HC* Bròquil ECO i patata Hamburguesa de pollastre 1T-2T-8-13 Enciam i pastanaga ratllada Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**11** 1.019 *Kcal* 43,2 *Gr* 0,0 *AGS* 45,4 *Prot* 110,4 *HC* Fideuà de peix i marisc 1-2T-3T-4-5-6-8-11T-13 Salsa all i oli 2T-3-4T-7T-9T-10T Pit de pollastre a la planxa amb salsa Enciam i blat de moro Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada
14 618 *Kcal* 12,1 *Gr* 0,0 *AGS* 25,5 *Prot* 96,0 *HC* Llenties estofades amb verdures Truita de carbassó i patata 3 Enciam i blat de moro Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**15** 783 *Kcal* 24,9 *Gr* 0,0 *AGS* 26,3 *Prot* 110,1 *HC* Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) 8 Broqueta de pollastre amb patates 1T-10T-11T-12T-13T Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**16** 564 *Kcal* 13,1 *Gr* 0,0 *AGS* 30,5 *Prot* 78,4 *HC* Crema de carbassa Filet de lluç enfarinat 1-4-8T-11T-12T Enciam i pastanaga ratllada Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**17** 554 *Kcal* 16,7*Gr* 0,0 *AGS* 26,2 *Prot* 71,2 *HC* Mongeta tendra, patata i pastanaga Botifarra de pollastre 1T-2T-8-13 Enciam i tomàquet Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**18** 793 *Kcal* 32,8 *Gr* 0,0 *AGS* 34,0 *Prot* 86,3 *HC* Crema de pastanaga Pollastre al forn amb panses i prunes 7T-9T Patates xips Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T natilles i neules 1-2-3-7T-8-9T-12T
21 865 *Kcal* 22,8 *Gr* 0,0 *AGS* 27,7 *Prot* 135,6 *HC* Espirals amb tomàquet 1-3T-8T-11T Formatge ratllat 2 Truita francesa 3 Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**22** FESTIU	**23** FESTIU	**24** FESTIU	**25** FESTIU

Alergias (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 7-Cacauet 8-Soja 9-Fruits secs de closca 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos

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 = 63ºC. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < o = 8ºC. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.

La Vostra Cuina CATERING

CATERING VOSTRA CUINA
Reg. San.: 26.03850-B
Av. Egara,50 (08192)- Sant Quirze del Vallès
Tel. 937212000 www.vostracuina.com

Intolerància Llegums

ENRIC CASASSAS

Desembre

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 732 *Kcal* 15,2 *Gr* 0,0 *AGS* 31,5 *Prot* 111,3 *HC* Arròs amb verdures i tomàquet Filet de lluç amb patates i ceba cruixent 1-4 Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**2** 704 *Kcal* 31,2 *Gr* 0,0 *AGS* 36,9 *Prot* 63,3 *HC* Coliflor ECO i patata Rodó de vedella al forn amb xampinyons Enciam i blat de moro(opcional) Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Iogurt natural 2	**3** 516 *Kcal* 14,8*Gr* 0,0 *AGS* 11,8 *Prot* 80,6 *HC* Crema de carbassó Truita de patates 3 Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**4** 892 *Kcal* 21,9 *Gr* 0,0 *AGS* 44,2 *Prot* 123,9 *HC* Macarrons integrals amb tomàquet 1-8T-11T Formatge ratllat 2 Pernilets de pollastre a l'allet Enciam i tomàquet Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada
7 FESTIU	**8** FESTIU	**9** 739 *Kcal* 22,8 *Gr* 0,0 *AGS* 22,3 *Prot* 107,6 *HC* Arròs amb tomàquet Truita francesa 3 Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Iogurt natural 2	**10** 576 *Kcal* 16,0*Gr* 0,0 *AGS* 32,3 *Prot* 71,5 *HC* Bròquil ECO i patata Gall d'indi a la planxa amb carbassó Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**11** 792 *Kcal* 18,1 *Gr* 0,0 *AGS* 45,2 *Prot* 110,2 *HC* Fideuà de peix i marisc 1-2T-3T-4-5-6-8-11T-13 Pit de pollastre a la planxa amb salsa Enciam i blat de moro Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada
14 557 *Kcal* 15,0 *Gr* 0,0 *AGS* 14,0 *Prot* 87,0 *HC* Trinxat de col amb patata Truita de carbassó i patata 3 Enciam i blat de moro Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**15** 782 *Kcal* 25,0 *Gr* 0,0 *AGS* 25,8 *Prot* 110,0 *HC* Arròs 2 delícies(blat de moro i pastanaga) Broqueta de pollastre amb patates 1T-10T-11T-12T-13T Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**16** 564 *Kcal* 13,1 *Gr* 0,0 *AGS* 30,5 *Prot* 78,4 *HC* Crema de carbassa Filet de lluç enfarinat 1-4-8T-11T-12T Enciam i pastanaga ratllada Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**17** 706 *Kcal* 24,3*Gr* 0,0 *AGS* 18,8 *Prot* 95,7 *HC* Mongeta tendra, patata i pastanaga Truita paisana 3 Enciam i tomàquet Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**18** 793 *Kcal* 32,8 *Gr* 0,0 *AGS* 34,0 *Prot* 86,3 *HC* Crema de pastanaga Pollastre al forn amb panses i prunes 7T-9T Patates xips Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T natilles i neules 1-2-3-7T-8-9T-12T
21 865 *Kcal* 22,8 *Gr* 0,0 *AGS* 27,7 *Prot* 135,6 *HC* Espirals amb tomàquet 1-3T-8T-11T Formatge ratllat 2 Truita francesa 3 Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**22** FESTIU	**23** FESTIU	**24** FESTIU	**25** FESTIU

Alergias (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 7-Cacauet 8-Soja 9-Fruits secs de closca 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos

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 = 63ºC. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < o = 8ºC. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.

La Vostra Cuina CATERING

CATERING VOSTRA CUINA
Reg. San.: 26.03850-B
Av. Egara,50 (08192)- Sant Quirze del Vallès
Tel. 937212000 www.vostracuina.com

Ovolactovegetarià

ENRIC CASASSAS

Desembre

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 756 *Kcal* 20,9 *Gr* 0,0 *AGS* 30,9 *Prot* 103,4 *HC* Arròs amb verdures i tomàquet Heura a la planxa amb verdures 8 Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**2** 726 *Kcal* 21,8 *Gr* 0,0 *AGS* 22,8 *Prot* 99,4 *HC* Coliflor ECO i patata Hamburguesa de cigrons i pastanaga 1T-3T-7T-8T-9T-12T Enciam i blat de moro(opcional) Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Iogurt natural 2	**3** 658 *Kcal* 21,1*Gr* 0,0 *AGS* 15,4 *Prot* 97,7 *HC* Crema de carbassó Crostons 1-2T-8T-9T-12T Truita de patates 3 Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**4** 1.146 *Kcal* 22,4 *Gr* 0,0 *AGS* 42,1 *Prot* 189,1 *HC* Macarrons integrals amb tomàquet 1-8T-11T Formatge ratllat 2 Hamburguesa de llenties i menta 1-2T-3T-4T-5T-6T-8T-13T Enciam i tomàquet Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada
7 FESTIU	**8** FESTIU	**9** 739 *Kcal* 22,8 *Gr* 0,0 *AGS* 22,3 *Prot* 107,6 *HC* Arròs amb tomàquet Truita francesa 3 Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Iogurt natural 2	**10** 705 *Kcal* 17,1*Gr* 0,0 *AGS* 29,8 *Prot* 100,8 *HC* Bròquil ECO i patata Hamburguesa de tofu i xampinyons 8-9-12 Enciam i pastanaga ratllada Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**11** 486 *Kcal* 20,7 *Gr* 0,0 *AGS* 16,1 *Prot* 61,3 *HC* Pasta amb tomàquet 1-3T-8T-11T Tofu a la planxa 1T-8-12T Enciam i blat de moro Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada
14 618 *Kcal* 12,1 *Gr* 0,0 *AGS* 25,5 *Prot* 96,0 *HC* Llenties estofades amb verdures Truita de carbassó i patata 3 Enciam i blat de moro Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**15** 1.045 *Kcal* 26,2 *Gr* 0,0 *AGS* 31,8 *Prot* 168,6 *HC* Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) 8 Hamburguesa de llenties i menta 1-2T-3T-4T-5T-6T-8T-13T Patates al forn Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**16** 637 *Kcal* 8,6 *Gr* 0,0 *AGS* 21,0 *Prot* 109,0 *HC* Crema de carbassa Hamburguesa de tofu amb porro i pastanaga 1T-8-12T Enciam i pastanaga ratllada Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**17** 706 *Kcal* 23,4*Gr* 0,0 *AGS* 19,5 *Prot* 100,4 *HC* Mongeta tendra, patata i pastanaga Cigrons amb espinacs saltejats amb all 13 Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**18** 803 *Kcal* 29,5 *Gr* 0,0 *AGS* 20,0 *Prot* 109,6 *HC* Crema de pastanaga Canelons d'espinacs 1-2-3-4T-5T-6T-8-9T-11T-13T Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T natilles i neules 1-2-3-7T-8-9T-12T
21 865 *Kcal* 22,8 *Gr* 0,0 *AGS* 27,7 *Prot* 135,6 *HC* Espirals amb tomàquet 1-3T-8T-11T Formatge ratllat 2 Truita francesa 3 Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**22** FESTIU	**23** FESTIU	**24** FESTIU	**25** FESTIU

Alergias (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 7-Cacauet 8-Soja 9-Fruits secs de closca 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos

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 = 63ºC. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < o = 8ºC. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.

La Vostra Cuina CATERING

CATERING VOSTRA CUINA
Reg. San.: 26.03850-B
Av. Egara,50 (08192)- Sant Quirze del Vallès
Tel. 937212000 www.vostracuina.com

Al·lèrgia Proteïna Llet Vaca

ENRIC CASASSAS

Desembre

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 623 *Kcal* 14,6 *Gr* 0,0 *AGS* 28,1 *Prot* 90,5 *HC* Arròs amb verdures i tomàquet Filet de lluç amb patates i ceba cruixent 1-4 Fruita de temporada	**2** 562 *Kcal* 29,9 *Gr* 0,0 *AGS* 34,3 *Prot* 34,9 *HC* Coliflor ECO i patata Rodó de vedella al forn amb xampinyons Enciam i blat de moro(opcional) Iogurt de soja 8	**3** 407 *Kcal* 14,3*Gr* 0,0 *AGS* 8,5 *Prot* 59,7 *HC* Crema de carbassó Truita de patates 3 Enciam i olives negres Fruita de temporada	**4** 696 *Kcal* 16,5 *Gr* 0,0 *AGS* 37,6 *Prot* 95,6 *HC* Macarrons integrals amb tomàquet 1-8T-11T Pernilets de pollastre a l'allet Enciam i tomàquet Fruita de temporada
7 FESTIU	**8** FESTIU	**9** 597 *Kcal* 21,5 *Gr* 0,0 *AGS* 19,6 *Prot* 79,3 *HC* Arròs amb tomàquet Truita francesa 3 Enciam i olives negres Iogurt de soja 8	**10** 609 *Kcal* 31,0*Gr* 0,0 *AGS* 26,4 *Prot* 54,0 *HC* Bròquil ECO i patata Hamburguesa de vedella i porc a la planxa 13 Enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	**11** 401 *Kcal* 15,1 *Gr* 0,0 *AGS* 26,8 *Prot* 40,4 *HC* Pasta amb tomàquet 1-3T-8T-11T Pit de pollastre a la planxa amb salsa Enciam i blat de moro Fruita de temporada
14 509 *Kcal* 11,5 *Gr* 0,0 *AGS* 22,1 *Prot* 75,2 *HC* Llenties estofades amb verdures Truita de carbassó i patata 3 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	**15** 674 *Kcal* 24,3 *Gr* 0,0 *AGS* 22,9 *Prot* 89,2 *HC* Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) 8 Broqueta de pollastre amb patates 1T-10T-11T-12T-13T Fruita de temporada	**16** 455 *Kcal* 12,5 *Gr* 0,0 *AGS* 27,2 *Prot* 57,6 *HC* Crema de carbassa Filet de lluç enfarinat 1-4-8T-11T-12T Enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	**17** 613 *Kcal* 34,2*Gr* 0,0 *AGS* 25,4 *Prot* 48,9 *HC* Mongeta tendra, patata i pastanaga Botifarra de porc 13 Enciam i tomàquet Fruita de temporada	**18** 666 *Kcal* 27,8 *Gr* 0,0 *AGS* 34,9 *Prot* 66,5 *HC* Escudella de Nadal 1-3T-8-10-11T-13 Pollastre al forn amb panses i prunes 7T-9T Patates xips natilla de vainilla de soja 8
21 669 *Kcal* 17,4 *Gr* 0,0 *AGS* 21,0 *Prot* 107,2 *HC* Espirals amb tomàquet 1-3T-8T-11T Truita francesa 3 Enciam i olives negres Fruita de temporada	**22** FESTIU	**23** FESTIU	**24** FESTIU	**25** FESTIU

Alergias (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 7-Cacauet 8-Soja 9-Fruits secs de closca 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos

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 = 63ºC. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < o = 8ºC. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.

La Vostra Cuina CATERING

CATERING VOSTRA CUINA
Reg. San.: 26.03850-B
Av. Egara,50 (08192)- Sant Quirze del Vallès
Tel. 937212000 www.vostracuina.com

Sense Gluten

ENRIC CASASSAS

Desembre

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 690 *Kcal* 17,6 *Gr* 0,0 *AGS* 28,6 *Prot* 100,4 *HC* Arròs amb verdures i tomàquet Filet de lluç amb patates 4 Pa sense gluten 3T-11T-12T Fruita de temporada	**2** 675 *Kcal* 33,8 *Gr* 0,0 *AGS* 34,2 *Prot* 53,2 *HC* Coliflor ECO i patata Rodó de vedella al forn amb xampinyons Enciam i blat de moro(opcional) Pa sense gluten 3T-11T-12T Iogurt natural 2	**3** 486 *Kcal* 17,4*Gr* 0,0 *AGS* 9,2 *Prot* 70,5 *HC* Crema de carbassó Truita de patates 3 Enciam i olives negres Pa sense gluten 3T-11T-12T Fruita de temporada	**4** 838 *Kcal* 23,7 *Gr* 0,0 *AGS* 36,1 *Prot* 120,1 *HC* Pasta sense gluten i ou amb tomàquet 8T Formatge ratllat 2 Pernilets de pollastre a l'allet Enciam i tomàquet Pa sense gluten 3T-11T-12T Fruita de temporada
7 FESTIU	**8** FESTIU	**9** 710 *Kcal* 25,4 *Gr* 0,0 *AGS* 19,6 *Prot* 97,5 *HC* Arròs amb tomàquet Truita francesa 3 Enciam i olives negres Pa sense gluten 3T-11T-12T Iogurt natural 2	**10** 688 *Kcal* 34,2*Gr* 0,0 *AGS* 27,0 *Prot* 64,8 *HC* Bròquil ECO i patata Hamburguesa de vedella i porc a la planxa 13 Enciam i pastanaga ratllada Pa sense gluten 3T-11T-12T Fruita de temporada	**11** 802 *Kcal* 19,9 *Gr* 0,0 *AGS* 34,1 *Prot* 120,4 *HC* Pasta sense gluten i ou amb tomàquet 8T Pit de pollastre a la planxa amb salsa Enciam i blat de moro Pa sense gluten 3T-11T-12T Fruita de temporada
14 588 *Kcal* 14,7 *Gr* 0,0 *AGS* 22,8 *Prot* 85,9 *HC* Llenties estofades amb verdures Truita de carbassó i patata 3 Enciam i blat de moro Pa sense gluten 3T-11T-12T Fruita de temporada	**15** 692 *Kcal* 20,9 *Gr* 0,0 *AGS* 29,8 *Prot* 94,1 *HC* Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) 8 Pollastre al forn amb patates Pa sense gluten 3T-11T-12T Fruita de temporada	**16** 464 *Kcal* 15,0 *Gr* 0,0 *AGS* 26,0 *Prot* 53,8 *HC* Crema de carbassa Filet de lluç al forn 4 Enciam i pastanaga ratllada Pa sense gluten 3T-11T-12T Fruita de temporada	**17** 692 *Kcal* 37,3*Gr* 0,0 *AGS* 26,0 *Prot* 59,6 *HC* Mongeta tendra, patata i pastanaga Botifarra de porc 13 Enciam i tomàquet Pa sense gluten 3T-11T-12T Fruita de temporada	**18** 804 *Kcal* 31,5 *Gr* 0,0 *AGS* 31,9 *Prot* 95,5 *HC* Escudella de Nadal(s/al·lèrgens) 8T-10 Pollastre al forn amb panses i prunes 7T-9T Patates xips Pa sense gluten 3T-11T-12T Natilles i neules sense gluten 2-3-7T-8-9T-14
21 881 *Kcal* 25,5 *Gr* 0,0 *AGS* 22,0 *Prot* 140,4 *HC* Pasta sense gluten i ou amb tomàquet 8T Formatge ratllat 2 Truita francesa 3 Enciam i olives negres Pa sense gluten 3T-11T-12T Fruita de temporada	**22** FESTIU	**23** FESTIU	**24** FESTIU	**25** FESTIU

Alergias (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 7-Cacauet 8-Soja 9-Fruits secs de closca 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos

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 = 63ºC. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < o = 8ºC. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.

La Vostra Cuina CATERING

CATERING VOSTRA CUINA
Reg. San.: 26.03850-B
Av. Egara,50 (08192)- Sant Quirze del Vallès
Tel. 937212000 www.vostracuina.com

Sense Gluten+No Llegums+Intolerància Fructosa, Lactosa i Sorbitol

Desembre

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 584 *Kcal* 12,3 *Gr* 2,2 *AGS* 28,1 *Prot* 85,7 *HC* Arròs blanc amb oli d'oliva Filet de lluç amb patates 4 Fruita(baixa en fructosa)	**2** 567 *Kcal* 28,8 *Gr* 3,4 *AGS* 35,2 *Prot* 37,9 *HC* Coliflor ECO i patata Rodó de vedella al forn(sense salsa) amb xampinyons Enciam Iogurt natural sense lactosa 2	**3** 370 *Kcal* 14,1*Gr* 2,0 *AGS* 8,2 *Prot* 49,6 *HC* Crema de carbassó Truita de patates 3 Enciam i olives negres Fruita(baixa en fructosa)	**4** 666 *Kcal* 21,6 *Gr* 4,9 *AGS* 30,3 *Prot* 87,5 *HC* Pasta sense gluten i ou amb oli d'oliva 8T Pollastre al forn Enciam Fruita(baixa en fructosa)
7 FESTIU	**8** FESTIU	**9** 647 *Kcal* 20,8 *Gr* 0,0 *AGS* 21,1 *Prot* 91,8 *HC* Arròs blanc amb oli d'oliva Truita francesa 3 Enciam i olives negres Iogurt natural sense lactosa 2	**10** 430 *Kcal* 15,3*Gr* 0,0 *AGS* 28,7 *Prot* 40,5 *HC* Bròquil ECO i patata Gall d'indi a la planxa amb carbassó Fruita(baixa en fructosa)	**11** 607 *Kcal* 13,7 *Gr* 0,0 *AGS* 32,7 *Prot* 87,5 *HC* Pasta sense gluten i ou amb oli d'oliva 8T Pit de pollastre a la planxa Enciam Fruita(baixa en fructosa)
14 386 *Kcal* 11,8 *Gr* 0,0 *AGS* 26,5 *Prot* 39,2 *HC* Trinxat de col amb patata Filet de lluç al forn 4 Enciam Fruita(baixa en fructosa)	**15** 623 *Kcal* 17,6 *Gr* 0,0 *AGS* 28,9 *Prot* 85,1 *HC* Arròs blanc amb oli d'oliva Pollastre al forn amb patates Fruita(baixa en fructosa)	**16** 342 *Kcal* 11,7 *Gr* 0,0 *AGS* 25,0 *Prot* 31,7 *HC* Crema de carbassó Filet de lluç al forn 4 Enciam Fruita(baixa en fructosa)	**17** 368 *Kcal* 7,2*Gr* 0,0 *AGS* 30,7 *Prot* 42,5 *HC* Bledes amb patates saltejades amb all Pit de pollastre a la planxa Enciam Fruita(baixa en fructosa)	**18** 879 *Kcal* 35,8 *Gr* 0,0 *AGS* 38,2 *Prot* 100,0 *HC* Pasta sense gluten i ou amb oli d'oliva 8T Pollastre al forn Patates xips Iogurt natural sense lactosa 2
21 714 *Kcal* 22,9 *Gr* 0,0 *AGS* 17,8 *Prot* 108,7 *HC* Pasta sense gluten i ou amb oli d'oliva 8T Truita francesa 3 Enciam i olives negres Fruita(baixa en fructosa)	**22** FESTIU	**23** FESTIU	**24** FESTIU	**25** FESTIU

Alergias (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 7-Cacauet 8-Soja 9-Fruits secs de closca 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos

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 = 63ºC. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < o = 8ºC. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.

La Vostra Cuina CATERING

CATERING VOSTRA CUINA
Reg. San.: 26.03850-B
Av. Egara,50 (08192)- Sant Quirze del Vallès
Tel. 937212000 www.vostracuina.com

Sense Llenties

ENRIC CASASSAS

Desembre

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 732 *Kcal* 15,2 *Gr* 0,0 *AGS* 31,5 *Prot* 111,3 *HC* Arròs amb verdures i tomàquet Filet de lluç amb patates i ceba cruixent 1-4 Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**2** 704 *Kcal* 31,2 *Gr* 0,0 *AGS* 36,9 *Prot* 63,3 *HC* Coliflor ECO i patata Rodó de vedella al forn amb xampinyons Enciam i blat de moro(opcional) Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Iogurt natural 2	**3** 658 *Kcal* 21,1*Gr* 0,0 *AGS* 15,4 *Prot* 97,7 *HC* Crema de carbassó Crostons 1-2T-8T-9T-12T Truita de patates 3 Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**4** 892 *Kcal* 21,9 *Gr* 0,0 *AGS* 44,2 *Prot* 123,9 *HC* Macarrons integrals amb tomàquet 1-8T-11T Formatge ratllat 2 Pernilets de pollastre a l'allet Enciam i tomàquet Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada
7 FESTIU	**8** FESTIU	**9** 739 *Kcal* 22,8 *Gr* 0,0 *AGS* 22,3 *Prot* 107,6 *HC* Arròs amb tomàquet Truita francesa 3 Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Iogurt natural 2	**10** 718 *Kcal* 31,6*Gr* 0,0 *AGS* 29,7 *Prot* 74,9 *HC* Bròquil ECO i patata Hamburguesa de vedella i porc a la planxa 13 Enciam i pastanaga ratllada Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**11** 1.019 *Kcal* 43,2 *Gr* 0,0 *AGS* 45,4 *Prot* 110,4 *HC* Fideuà de peix i marisc 1-2T-3T-4-5-6-8-11T-13 Salsa all i oli 2T-3-4T-7T-9T-10T Pit de pollastre a la planxa amb salsa Enciam i blat de moro Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada
14 557 *Kcal* 15,0 *Gr* 0,0 *AGS* 14,0 *Prot* 87,0 *HC* Trinxat de col amb patata Truita de carbassó i patata 3 Enciam i blat de moro Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**15** 783 *Kcal* 24,9 *Gr* 0,0 *AGS* 26,3 *Prot* 110,1 *HC* Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) 8 Broqueta de pollastre amb patates 1T-10T-11T-12T-13T Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**16** 564 *Kcal* 13,1 *Gr* 0,0 *AGS* 30,5 *Prot* 78,4 *HC* Crema de carbassa Filet de lluç enfarinat 1-4-8T-11T-12T Enciam i pastanaga ratllada Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**17** 722 *Kcal* 34,7*Gr* 0,0 *AGS* 28,7 *Prot* 69,7 *HC* Mongeta tendra, patata i pastanaga Botifarra de porc 13 Enciam i tomàquet Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**18** 806 *Kcal* 31,1 *Gr* 0,0 *AGS* 37,3 *Prot* 90,7 *HC* Escudella de Nadal 1-3T-8-10-11T-13 Pollastre al forn amb panses i prunes 7T-9T Patates xips Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T natilles i neules 1-2-3-7T-8-9T-12T
21 865 *Kcal* 22,8 *Gr* 0,0 *AGS* 27,7 *Prot* 135,6 *HC* Espirals amb tomàquet 1-3T-8T-11T Formatge ratllat 2 Truita francesa 3 Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	**22** FESTIU	**23** FESTIU	**24** FESTIU	**25** FESTIU

Alergias (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 7-Cacauet 8-Soja 9-Fruits secs de closca 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos

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 = 63ºC. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < o = 8ºC. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.

La Vostra Cuina
CATERING

CATERING VOSTRA CUINA
Reg. San.: 26.03850-B
Av. Egara,50 (08192)- Sant Quirze del Vallès
Tel. 937212000 www.vostracuina.com