

Menú Ecològic Escoles

Totes les FRUITES, les VERDURES, les LLEGUMS, les PASTES i els LÀCTICS utilitzats en l'elaboració dels menús, provenen de l'agricultura ecològica, la VEDELLA i el PORC són productes ecològics certificats per la CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica).

Menú CASAS no carn novembre 2019					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	4	5	6	7	8
dinar	FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ	<ul style="list-style-type: none"> • Espaguetis amb salsa de tomàquet i formatge ratllat • Croquetes de bacallà amb pastanaga i ceba • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de verdures • Mongetes estofades • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Llenties guisades • Peix arrebossat amb enciam, blat de moro i raves • logurt 	<ul style="list-style-type: none"> • Patata amb verdura • Estofat de pèsols • Fruita
		673 Kcal	641 Kcal	732 Kcal	711Kcal
	11	12	13	14	15
dinar	<ul style="list-style-type: none"> o Arròs amb verdures o Llenties estofades o Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> o Sopa de pasta o Truita de patata amb enciam i tomàquet o Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> o Cigrons estofats o Peix a l'andalusa amb enciam, cogombre i olives negres o logurt 	<ul style="list-style-type: none"> o Patata i (2 verdures) o Estofat de mongetes o Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> o Crema de verdures o Pizza de tonyina o Fruita
	700 Kcal	721 Kcal	675 Kcal	635 Kcal	765 Kcal
	18	19	20	21	22
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Macarrons amb tomàquet ▪ Truita de verdures amb tomàquet, pastanaga i panses ▪ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sopa d'arròs ▪ Peix al forn amb enciam, olives verdes i raves ▪ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Patata i verdura ▪ Hamburguesa vegetal amb enciam, cogombre i remolatxa ▪ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mongeta seca ▪ Espirals amb verdures ▪ logurt 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Crema de verdures ▪ Peix enfarinat amb ½ patata al caliu ▪ Fruita
	799 Kcal	641 Kcal	745 Kcal	705 Kcal	784 Kcal
	25	26	27	28	29
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Sopa d'arròs ❖ Truita de patata i verdura amb enciam i pastanaga ❖ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Crema de verdura ❖ Estofat de pèsols ❖ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Patata i verdura ❖ Cigrons estofats ❖ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Llenties guisades ❖ Macarrons amb verdures ❖ logurt 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Espaguetis a la carbonara ❖ Peix arrebossat amb enciam, remolatxa i blat de moro ❖ Fruita
	759 Kcal	760 Kcal	720 Kcal	721 Kcal	633 Kcal
