

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 desembre 2019					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	2	3	4	5	6
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Paella de peix</li> <li>➤ Truita de carbassó amb enciam i blat de moro</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Macarrons bolonyesa gratinats</li> <li>➤ Peix al forn amb ceba tendra confitada</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Patata i verdura</li> <li>➤ Mandonguilles amb enciam i olives</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cigrons guisats</li> <li>➤ Filet de pollastre amb tomàquet, remolatxa i enciam</li> <li>➤ logurt</li> </ul>	<b>DIA DE LA CONSTITUCIÓ</b>
	789 Kcal	638 Kcal	623 Kcal	711 Kcal	
sopar	Verdura Carn blanca	Verdura Ou	Pasta Peix blau	Pasta Peix blanc	
	9	10	11	12	13
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Arròs amb samfaina</li> <li>✓ Croquetes de pollastre amb enciam, olives verdes i cogombre</li> <li>✓ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Fideus a la cassola</li> <li>✓ Remenat d'ou amb salsa de tomàquet</li> <li>✓ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Crema de verdures amb crostons</li> <li>✓ Peix amb un grapatet d'arròs</li> <li>✓ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Patata amb verdures</li> <li>✓ Filet de porc amb humus de cigrons</li> <li>✓ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Mongeta seca amb carbassa</li> <li>✓ Peix arrebossat amb enciam i pastanaga</li> <li>✓ logurt</li> </ul>
	665 Kcal	772 Kcal	656 Kcal	754 Kcal	789 Kcal
sopar	Verdura Peix blau	Pasta Carn blanca	Pasta Ou	Pasta Peix blanca	Verdura Carn vermella
	16	17	18	19	20
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arròs amb tomàquet</li> <li>• Truita de patata amb enciam i cogombre</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espaguetis amb salsa de tomàquet i formatge ratllat</li> <li>• Peix al forn amb pastanaga i ceba</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crema de verdures</li> <li>• Estofat de gall dindi al forn amb tomàquet, olives verdes</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Llenties guisades</li> <li>• Peix arrebossat amb enciam, blat de moro i raves</li> <li>• logurt</li> </ul>	<b>MENÚ DE NADAL</b>
	621 Kcal	673 Kcal	641 Kcal	732 Kcal	
sopar	Verdura Peix blanc	Verdura Carn vermella	Pasta Peix blau	Pasta Carn blanca	

- NOTA: 9NaturalCuina disposa de tota la informació sobre els al·lèrgens dels diferents plats de l'escola.