

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 gener 2020					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			8	9	10
dinar			<ul style="list-style-type: none"> ○ Arròs amb salsa de tomàquet ○ Bunyols de bacallà amb pastanaga i blat de moro ○ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Patata i (2 verdures) ○ Estofat de mongetes ○ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Crema de verdures ○ Pizza de verdures ○ Fruita
			675 Kcal	635 Kcal	765 Kcal
	13	14	15	16	17
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Macarrons amb tomàquet ▪ Truita de verdures amb tomàquet, pastanaga ▪ 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"> ▪ Espirals amb verdures ▪ Mongeta seca ▪ Iogurt 	<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
	20	21	22	23	24
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Crema de verdura ❖ Estofat de pèsols amb cus-cús ❖ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Arròs amb salsa de tomàquet ❖ Truita de patata i verdura amb enciam i pastanaga ❖ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Patata i verdura ❖ Cigrons estofats ❖ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Macarrons amb verdures ❖ Llenties guisades ❖ Iogurt 	<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
	27	28	29	30	31
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Paella de peix ➤ Truita de carbassó amb enciam i blat de moro ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Macarrons bolonyesa gratinats ➤ Peix al forn amb ceba tendra confitada ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Patata i verdura ➤ Mandonguilles vegetals amb enciam i olives ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Espaguetis amb verdures ➤ Cigrons guisats ➤ Iogurt 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Crema de verdura amb rostes ➤ Arròs amb pèsols ➤ Fruita
	789 Kcal	638 Kcal	623 Kcal	711 Kcal	673 Kcal

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