

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 febrer 2018					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	3	4	5	6	7
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Arròs amb samfaina ✓ Pernilets de pollastre amb enciam i olives verdes ✓ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fideus a la cassola ✓ Peix arrebossat amb enciam i pastanaga ✓ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Crema de verdures amb crostons ✓ Filet de porc amb humus de cigrons ✓ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Patata amb verdures ✓ Peix amb enciam i tomàquet ✓ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mongeta seca amb carbassa ✓ Truita de patata i verdura amb enciam i cogombre ✓ Iogurt natural sucrat
		772 Kcal	656 Kcal	754 Kcal	789 Kcal
sopar	Verdura Peix blau	Pasta Carn blanca	Pasta Ou	Pasta Peix blanca	Verdura Carn vermella
	10	11	12	13	14
dinar	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa d'arròs • Truita de patata amb enciam i cogombre • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Espaguetis amb salsa de tomàquet i formatge ratllat • Peix al forn amb pastanaga i ceba • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de verdures • Pollastre al forn amb tomàquet, olives verdes • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Lenties guisades • Peix arrebossat amb enciam, blat de moro i raves • Iogurt natural sucrat 	<ul style="list-style-type: none"> • Patata amb verdura • Hamburguesa de vedella amb pèsols • Fruita
	621 Kcal	673 Kcal	641 Kcal	732 Kcal	711Kcal
sopar	Verdura Peix blanc	Verdura Carn vermella	Pasta Peix blau	Pasta Carn blanca	Pasta Ou
	17	18	19	20	21
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ○ Arròs amb verdures ○ Gall dindi estofat amb enciam, pastanaga i olives verdes ○ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Sopa de pasta ○ Truita de patata i verdura amb enciam i tomàquet ○ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Cigrons estofats ○ Peix a l'andalusa amb enciam, cogombre i olives negres ○ Iogurt natural sucrat 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Patata i (2 verdures) ○ Estofat de cap de llom amb blat de moro i enciam ○ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Crema de verdures ○ Pizza bolonyesa ○ Fruita
	700 Kcal	721 Kcal	675 Kcal	635 Kcal	765 Kcal
sopar	Verdura Ou	Verdura Peix blau	Verdura Carn roja	Pasta Peix blau	Verdura Carn blanca
	24	25	26	27	28
dinar	DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Macarrons amb tomàquet ▪ Truita de verdures amb tomàquet, pastanaga ▪ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Patata i verdura ▪ Hamburguesa de vedella amb enciam, cogombre i remolatxa ▪ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mongeta seca ▪ Pit de pollastre arrebossat amb xampinyons ▪ Iogurt natural sucrat 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Crema de verdures ▪ Peix enfarinat amb ½ patata al caliu ▪ Fruita
		799 Kcal	745 Kcal	705 Kcal	784 Kcal
sopar		Verdura Carn vermella	Arròs Peix blanc	Verdura Peix blau	Pasta Carn blanca

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