

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 Setembre 2022					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	5	6	7	8	9
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge ratllat</li> <li>Hamburguesa de vedella amb ceba i xampinyons</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida de cigrons (pastanaga, ceba i pebrot vermell)</li> <li>Lluç al forn amb enciam i tomàquet</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida d'arròs integral (tomàquet, blat de moro, olives i pastanaga)</li> <li>Truita de patata i verdura amb enciam i cogombre</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de carbassó (patata, carbassó i ceba)</li> <li>Llenties estofades</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i col</li> <li>Pollastre al forn amb enciam de fulla de roure i blat de moro</li> <li>Iogurt</li> </ul>
	621 Kcal	673 Kcal	641 Kcal	732 Kcal	711Kcal
sopar	Verdura Peix blau	Verdura Carn blanca	Verdura Peix blanc	Pasta Carn blanca	Pasta Ou
	12	13	14	15	16
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs integral amb samfaina (ceba, carbassó, albergínia, tomàquet i pebrot verd)</li> <li>Maire enfarinada amb enciam i pastanaga</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de carbassa (patata, carbassa i ceba)</li> <li>Truita de patata i verdura amb enciam i tomàquet cherry</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrons amb salsa d'espínacs</li> <li>Cigrons estofats (ceba, pastanaga i tomàquet triturat)</li> <li>Iogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida russa (pèsol, mongeta verda i pastanaga)</li> <li>Llom al forn amb blat de moro i escarola</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mongetes seques saltejades amb all i julivert</li> <li>Borriquet al forn amb enciam i cogombre</li> <li>Fruita</li> </ul>
	700 Kcal	721 Kcal	675 Kcal	635 Kcal	765 Kcal
sopar	Verdura Ou	Pasta Peix blau	Verdura Carn blanca	Pasta Peix blau	Verdura Carn blanca
	19	20	21	22	23
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Espaguetis amb salsa de tomàquet amb formatge ratllat</li> <li>Truita de verdures amb enciam i pastanaga</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida de mongeta seca (tomàquet, pastanaga, blat de moro i olives negres)</li> <li>Pollastre amb enciam i col llombarda</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i bleda</li> <li>Lluç al forn amb enciam, olives verdes</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida d'arròs integral (tomàquet, blat de moro, olives i pastanaga)</li> <li>Estofat de gall dindi (ceba, pastanaga i tomàquet)</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de pastanaga</li> <li>Cigrons estofats (ceba, pastanaga i tomàquet triturat)</li> <li>Iogurt</li> </ul>
	799 Kcal	641 Kcal	745 Kcal	705 Kcal	784 Kcal
sopar	Verdura Carn blanca	Verdura Ou	Pasta Carn blanca	Verdura Peix blau	Pasta Peix blanc
	26	27	28	29	30
dinar	<b>FESTA LOCAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Crema de porro</li> <li>❖ Truita de patata i verdura amb enciam i pastanaga</li> <li>❖ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Trinxat de col</li> <li>❖ Calamar enfarinats amb enciam de fulla de roure i olives</li> <li>❖ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Cigrons estofats (ceba, pastanaga i tomàquet triturat)</li> <li>❖ Pernillets de pollastre amb tomàquet cherry i olives verdes</li> <li>❖ Iogurt</li> </ul>	<b>TASTETS DEL MON</b>
		760 Kcal	720 Kcal	721 Kcal	
sopar		Pasta Carn blanca	Pasta Ou	Verdura Peix blanc	

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