

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).

Menü CASAS no carn novembre 2022					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1	2	3	4
dinar		FESTIU	<ul style="list-style-type: none"> • Arròs integral amb salsa de carbassa • Croquetes de bacallà amb blat de moro i olives • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Llenties estofades • Lluç al forn amb enciam i tomàquet • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de carbassa • Truita de patata i verdura amb enciam i cogombre • Iogurt
			641 Kcal	732 Kcal	711Kcal
	7	8	9	10	11
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ○ Arròs integral amb verdures ○ Angelina al forn amb enciam i pastanaga ○ 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"> ○ Crema de carbassó ○ Llenties estofades ○ Iogurt 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Patata i coliflor ○ Croquetes vegetals amb blat de moro i enciam ○ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Mongetes estofades ○ Maire a l'andalusa amb enciam i cogombre ○ Fruita
	700 Kcal	721 Kcal	675 Kcal	635 Kcal	765 Kcal
	14	15	16	17	18
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Espaguetis amb salsa d'espínacs ▪ Truita de verdures amb enciam i pastanaga ▪ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Llenties estofats ▪ Macarrons amb verdures ▪ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Patata i bleda ▪ Lluç al forn amb enciam, olives verdes ▪ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sopa de pasta ▪ Hamburguesa vegetal amb enciam, cogombre ▪ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Cigrons amb espínacs ▪ Calamars enfarinats amb patata al caliu ▪ Iogurt
	799 Kcal	641 Kcal	745 Kcal	705 Kcal	784 Kcal
	21	22	23	24	25
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Arròs integral amb salsa de tomàquet ❖ Maire enfarinada amb enciam i remolatxa ❖ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Llenties estofades ❖ Espirals amb verdures ❖ Iogurt 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Patata i col ❖ Falàfels de cigrons amb enciam i cogombre ❖ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Crema de porro ❖ Mongetes estofades ❖ Fruita 	PLAT TÍPIC GALÍCIA
	759 Kcal	760 Kcal	720 Kcal	721 Kcal	
	28	29	30		
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Llenties estofades ➤ Macarrons amb verdures ➤ Taronja 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arròs integral amb salsa de carbassa ➤ Truita de carbassó amb enciam i blat de moro ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Patata i bròquil ➤ Mandonguilles vegetals amb tomàquet i enciam ➤ Fruita 		
	789 Kcal	638 Kcal	623 Kcal		