

# Menú Ecològic Escoles

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 ou i no peix Gener 2023					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	9	10	11	12	13
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Espaguetis amb salsa de tomàquet</li> <li>Croquetes vegetals amb olives i blat de moro</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Llenties estofats</li> <li>Truita de verdures amb farina de cigró amb enciam i pastanaga</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i col</li> <li>Llom al forn amb enciam i olives verdes</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa de pasta</li> <li>Enfilat de gall dindi amb enciam, remolatxa</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cigrons amb espinacs</li> <li>Macarrons amb verdures</li> <li>Iogurt</li> </ul>
	799 Kcal	641 Kcal	745 Kcal	705 Kcal	784 Kcal
	16	17	18	19	20
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs integral amb salsa de tomàquet</li> <li>Hamburguesa de vedella amb enciam i remolatxa</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Llenties estofades</li> <li>Mandonguilles amb salsa de tomàquet amb enciam i olives</li> <li>Iogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de porro</li> <li>Pollastre rostit amb enciam i blat de moro</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mongetes estofades</li> <li>Salsitxes al forn amb patata</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Espaguetis amb verdures</li> <li>Truita de patata i verdura amb farina de cigró amb enciam i pastanaga</li> <li>Fruita</li> </ul>
	759 Kcal	760 Kcal	720 Kcal	721 Kcal	633 Kcal
	23	24	25	26	27
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Llenties estofades</li> <li>Pollastre al forn amb enciam i olives</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs integral amb salsa de carbassa</li> <li>Truita de verdures amb farina de cigró amb enciam i blat de moro</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i bròquil</li> <li>Enfilat de gall dindi amb remolatxa i enciam</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrons amb salsa de porro</li> <li>Salsitxes al forn amb ceba tendra confitada</li> <li>Fruita</li> </ul>	<b>TASTET DEL MON</b>
	789 Kcal	638 Kcal	623 Kcal	711 Kcal	
	30	31			
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs integral amb verdures</li> <li>Salsitxes al forn amb enciam i pastanaga</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Espirals al pesto</li> <li>Truita de patata i verdura amb farina de cigró amb enciam i olives</li> <li>Fruita</li> </ul>			
	665 Kcal	772 Kcal			

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