

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 febrer 2023					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1	2	3
dinar			<ul style="list-style-type: none"> ✓ Crema de carbassa ✓ Croquetes de bacallà amb patates ✓ Iogurt 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Patata i col ✓ Estofat de gall dindi amb enciam i tomàquet ✓ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mongeta seca amb carbassa ✓ Pernilets de pollastre al forn amb enciam i olives verdes ✓ Fruita
sopar			656 Kcal Pasta Ou	754 Kcal Pasta Peix blanc	789 Kcal Verdura Peix blau
	6	7	8	9	10
dinar	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de pasta • Hamburguesa de vedella amb cous-cous, ceba i xampinyons • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Cigrons amb guisats amb pastanaga, ceba i pebrot vermell • Maire enfarinada amb pastanaga i ceba • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Arròs integral amb salsa de carbassa • Truita de patata i verdura amb enciam i cogombre • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Llenties estofades • Lluç al forn amb enciam i tomàquet • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Patata i coliflor • Pollastre al forn amb enciam i blat de moro • Iogurt
sopar	621 Kcal Verdura Peix blanc	673 Kcal Verdura Carn blanca	641 Kcal Verdura Ou	732 Kcal Pasta Carn blanca	711 Kcal Pasta Peix blau
	13	14	15	16	17
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ○ Arròs integral amb verdures ○ Fogoner al forn amb enciam i pastanaga ○ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Crema de porro ○ Truita de patata i verdura amb enciam i tomàquet ○ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Cigrons estofats ○ Pollastre arrebossat amb enciam i olives ○ Iogurt 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Patata i bròquil ○ Llom al forn amb blat de moro i enciam ○ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Mongetes estofades ○ Abadejo al forn amb enciam i remolatxa ○ Fruita
sopar	700 Kcal Verdura Carn blanca	721 Kcal Pasta Carn blanca	675 Kcal Pasta Peix blanc	635 Kcal Pasta Peix blau	765 Kcal Verdura Ou
	20	21	22	23	24
dinar	LLIURE DISPOSICIÓ	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Llenties estofats ▪ Truita de verdures amb enciam i blat de moro ▪ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Crema de pastanaga ▪ Lluç al forn amb cous-cous ▪ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sopa de pasta ▪ Enfilat de gall dindi amb enciam, tomàquet ▪ Fruita 	TASTET DEL MON
sopar		641 Kcal Verdura Carn blanca	745 Kcal Arròs Peix blanc	705 Kcal Verdura Ou	
	27	28			
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 ❖ Salsitxes amb enciam i olives verdes ❖ Iogurt 			
sopar	759 Kcal Verdura Carn	760 Kcal Pasta Peix blau			