

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 març 2023					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1	2	3
dinar			<ul style="list-style-type: none"> ❖ Patata i col ❖ Enfilat de gall dindi amb enciam i cogombre ❖ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Crema de porro ❖ Croquetes de bacallà amb patata al caliu ❖ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Espaguetis amb verdures ❖ Truita a la francesa amb enciam i pastanaga ❖ Fruita
sopar			720 Kcal Pasta Ou	721 Kcal Pasta Peix blanc	633 Kcal Verdura Carn blanca
	6	7	8	9	10
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Llenties estofades ➤ Mandonguilles amb salsa de tomàquet amb enciam i olives ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sopa de pasta ➤ Truita de patata i verdures amb enciam i blat de moro ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Patata i coliflor ➤ Filet de pollastre al forn amb tomàquet i enciam ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Macarrons amb salsa de tomàquet amb formatge ratllat ➤ Lluç al forn amb ceba tendra confitada ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Cigrons guisats ➤ Estofat de vedella ➤ Iogurt
sopar	789 Kcal Verdura Peix blau	638 Kcal Verdura Peix blanc	623 Kcal Pasta Ou	711 Kcal Pasta Carn blanca	673 Kcal Pasta Carn blanca
	13	14	15	16	17
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Arròs integral amb verdures ✓ Croquetes de bacallà amb patates ✓ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Espirals al pesto ✓ Truita de formatge amb enciam i remolatxa ✓ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Crema de carbassa ✓ Llenties estofades ✓ Iogurt 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Patata i espinacs ✓ Estofat de gall dindi amb enciam i tomàquet ✓ Fruita 	LLIURE DISPOSICIÓ
sopar	665 Kcal Verdura Carn blanca	772 Kcal Verdura Peix blau	656 Kcal Pasta Ou	754 Kcal Pasta Peix blanc	
	20	21	22	23	24
dinar	<ul style="list-style-type: none"> • Arròs integral amb salsa de porro • Estofat de vedella amb ceba i xampinyons • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Cigrons amb guisats amb pastanaga, ceba i pebrot vermell • Abadejo al forn amb pastanaga i ceba • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de pasta • Truita de patata i verdura amb enciam i olives • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Llenties estofades • Lluç al forn amb enciam i tomàquet • Fruita 	SORTIDA ESCOLA
sopar	621 Kcal Verdura Peix blanc	673 Kcal Verdura Carn blanca	641 Kcal Verdura Ou	732 Kcal Pasta Carn blanca	
	27	28	29	30	31
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ○ Crema de pastanaga ○ Llenties estofades ○ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Macarrons amb salsa de carbassa ○ Truita a la francesa amb enciam i tomàquet ○ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Arròs integral amb verdures ○ Bacallà al forn amb enciam i pastanaga ○ Iogurt 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Mongetes estofades ○ Pollastre arrebossat amb enciam i olives ○ Fruita 	TASTET DEL MON
sopar	700 Kcal Pasta Peix blanc	721 Kcal Verdura Carn blanca	675 Kcal Verdura Ou	635 Kcal Pasta Peix blau	