

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