

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 lactosa, PLV i ou juny 2023					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1	2
dinar				➤ Amanida de pasta (pastanaga, tomàquet ,blat de moro i olives verdes) ➤ Truita de carbassó amb farina de cigró amb enciam i remolatxa ➤ Fruita	LLIURE DISPOSICIÓ
				711 Kcal	
	5	6	7	8	9
dinar	SEGONA PASQUA	✓ Espirals al pesto d'espínacs ✓ Truita de patata i verdura amb farina de cigró amb enciam i cogombre ✓ Fruita	✓ Crema de porro (patata, porro i ceba) ✓ Llenties estofades ✓ Iogurt de soja	✓ Amanida de patata (pastanaga, tomàquet ,blat de moro i olives) ✓ Salsitxes al forn amb verdures ✓ Fruita	✓ Cigrons estofats ✓ Maire a l'andalusa amb enciam i pastanaga ✓ Fruita
		772 Kcal	656 Kcal	754 Kcal	789 Kcal
	12	13	14	15	16
dinar	• Macarrons amb salsa de tomàquet • Hamburguesa de vedella amb ceba i xampinyons • Fruita	• Amanida de cigrons (pastanaga, ceba i pebrot vermell) • Lluç al forn amb enciam i tomàquet • Fruita	• Amanida d'arròs integral (tomàquet, blat de moro, olives i pastanaga) • Truita de patata i verdura amb farina de cigró amb enciam i cogombre • Fruita	• Crema de carbassó (patata, ceba i carbassó) • Llenties estofades (ceba, pastanaga i tomàquet) • Fruita	• Patata i col • Pollastre al forn amb enciam i blat de moro • Gelat s/llet
	621 Kcal	673 Kcal	641 Kcal	732 Kcal	711Kcal
	19	20	21	22	
dinar	○ Arròs integral amb samfaina (ceba, carbassó, albergínia, tomàquet i pebrot verd) ○ Peix blau enfarinat amb enciam i pastanaga ○ Fruita	○ Crema de pastanaga (patata, ceba i pastanaga) ○ Truita de patata i verdura amb farina de cigró amb enciam i tomàquet ○ Fruita	○ Macarrons amb alfàbrega ○ Cigrons estofats (ceba, pastanaga i tomàquet) ○ Iogurt de soja	MENÚ FI DE CURS	
	700 Kcal	721 Kcal	675 Kcal		

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