

Menú Ecològic Escoles

Totes les FRUITES, les VERDURES, els LLEGUMS, les PASTES i els LÀCTICS utilitzats en l'elaboració dels menús, provenen de l'agricultura ecològica, la VEDELLA és un producte ecològic certificat per la CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica).

Menú CASAS no ou , PLV i fruits secs gener 2024					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	8	9	10	11	12
dinar	- Arròs integral amb salsa de tomàquet - Peix enfarinat amb olives i pastanaga - Fruita	- Macarrons amb porro i pastanaga saltejats - Truita de formatge amb farina de cigró amb enciam i remolatxa - Fruita	- Patata i coliflor - Llenties estofades - Fruita	- Crema de carbassó - Estofat de Llom amb blat de moro i enciam - Fruita	- Mongetes estofades - Enfilat de gall dindi enciam i olives negres - Iogurt de soja
	700 Kcal	721 Kcal	675 Kcal	635 Kcal	765 Kcal
	15	16	17	18	19
dinar	- Arròs integral amb espinacs saltejats - Truita de patata i verdura amb farina de cigró amb enciam i pastanaga - Fruita	- Llenties estofats - Pollastre al forn amb enciam i blat de moro - Fruita	- Espaguetis al pesto - Calamars enfarinats amb enciam, olives verdes - Fruita	- Sopa de pasta - Enfilat de gall dindi amb enciam i remolatxa - Fruita	- Cigrons estofats - Lluç al forn amb enciam, olives verdes - Iogurt de soja
	799 Kcal	641 Kcal	745 Kcal	705 Kcal	784 Kcal
	22	23	24	25	26
dinar	- Arròs integral amb salsa de tomàquet - Truita de formatge amb farina de cigró amb enciam i pastanaga - Fruita	- Llenties estofades - Sípia i canana amb patata - Iogurt de soja	- Patata i col - Enfilat de gall dindi amb enciam i olives - Fruita	- Crema de porro - Mongetes estofades - Fruita	TASTET DEL MON
	759 Kcal	760 Kcal	720 Kcal	721 Kcal	
	29	30	31		
dinar	- Llenties estofades - Seitons enfarinats amb enciam i olives - Fruita	- Sopa de pasta - Truita de patata i ceba amb farina de cigró amb enciam i blat de moro - Fruita	- Patata i bròquil - Filet de pollastre al forn amb pastanaga i enciam - Fruita		
	789 Kcal	638 Kcal	623 Kcal		

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