

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 ROCAFONDA novembre 2020					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	2	3	4	5	6
dinar	FESTA DE LLIYRE DISPOSICIÓ	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i verdura</li> <li>Pernilet de pollastre amb pastanaga al forn</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de verdura</li> <li>Truita de patata amb enciam i remolatxa</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estofat de cigrons</li> <li>Maire arrebossada amb enciam i tomàquet</li> <li>Iogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs amb samfaina</li> <li>Hamburguesa de vedella amb cous-cous</li> <li>Fruita</li> </ul>
sopar		Pasta Ou	Pasta Peix	Verdura Carn	Pasta Peix
	9	10	11	12	13
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i verdura</li> <li>Estofat de gall dindi</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa de peix</li> <li>Pernillets de pollastre amb enciam i olives verdes</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de verdura</li> <li>Estofat de cigrons</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs amb verdures</li> <li>Peix fresc amb enciam i cogombre</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Llenties guisades</li> <li>Ous durs amb tomàquets</li> <li>Iogurt</li> </ul>
sopar	Pasta Ou	Verdura Peix	Pasta Carn	Verdura Carn	Verdura Peix
	16	17	18	19	20
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa de pasta</li> <li>Botifarra amb enciam i olives verdes</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Espirals amb verdures</li> <li>Peix al forn enciam i cogombre</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de verdures</li> <li>Truita de patata i ceba amb enciam i remolatxa</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs 3 delícies</li> <li>Mongetes seques amb carn</li> <li>Iogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Llenties guisades</li> <li>Pollastre amb salsa de pastanaga</li> <li>Fruita</li> </ul>
sopar	Verdura Ou	Verdura Carn	Pasta Peix	Verdura Carn	Pasta Peix
	23	24	25	26	27
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs amb salsa de tomàquet i pastanaga</li> <li>Peix fresc a l'andalusa amb enciam i tomàquet</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i verdures</li> <li>Estofat de vedella amb enciam i cogombre</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa de pasta</li> <li>Pollastre amb amanida</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrons amb salsa de xampinyons</li> <li>Truita de verdures amb tomàquet i orenga</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cigrons estofats</li> <li>Mandonguilles amb enciam i pastanaga</li> <li>Iogurt</li> </ul>
sopar	Verdura Carn	Pasta Peix	Verdura Truita	Verdura Peix	Pasta Ou
	30				
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de verdura</li> <li>Truita de patata amb enciam i cogombre</li> <li>Fruita</li> </ul>				
sopar	Pasta Peix				

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