

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 BALDIRI I REIXAC octubre 2021					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
					1
dinar					<ul style="list-style-type: none"> Amanida de pasta (pastanaga, blat de moro i tomàquet) Hamburguesa de vedella amb patates fregides Gelat, pa integral
sopar					784 Kcal Crema de carbassó Llenguado arrebossat amb pebrot verd
	4	5	6	7	8
dinar	<ul style="list-style-type: none"> Amanida d'arròs integral Truita de patata amb ceba amb enciam i tomàquet Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Amanida completa Llenties guisades amb verdures Iogurt, pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de porro Macarrons amb bolonyesa de soja Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Mongeta Fruita verda, pastanaga i patata Lluç al forn amb enciam i pastanaga, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Espaguets amb salsa de taronja i llimona Filet de pollastre al forn amb enciam i cogombre Fruita, pa integral
	759 Kcal	760 Kcal	720 Kcal	721 Kcal	633 Kcal
sopar	Patata i col Rap a la planxa amb xampinyons	Espirals amb formatge Pollastre al forn amb verdures	Arròs amb tomàquet Filet de gall dindi amb carbassó	Espaguets amb espinacs Llom a la planxa	Crema de porros Truita de formatge amb pastanaga
	11	12	13	14	15
dinar	<ul style="list-style-type: none"> Amanida verda Arròs integral amb de verdures Fruita, pa blanc 	FESTA	<ul style="list-style-type: none"> Crema de moniato Llenties estofades Iogurt Pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Amanida russa (pastanaga i pèsols) Lliri enfarinat amb enciam i cogombre Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Fruita Cigrons al curry Estofat de gall dindi amb enciam i pastanaga, pa integral
	789 Kcal		623 Kcal	711 Kcal	673 Kcal
sopar	Patates i espinacs Verat a la brasa amb pebrot verd		Espirals amb salsa d'ametlles Llenguado amb salsa verda amb enciam	Crema de carbassó Truita de verdures amb carbassó	Arròs amb fruits secs Hamburguesa de vedella de formatge amb enciam i cogombre
	18	19	20	21	22
dinar	<ul style="list-style-type: none"> Fruita Crema de porro Pernilets de pollastre amb enciam i tomàquet, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Macarrons amb salsa carbonara Calamars enfarinats amb enciam i cogombre Fruita, pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> Amanida verda completa Mongetes seques Iogurt, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Bròquil amb patata Filet de porc amb hummus de cigrons Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Fruita Arròs integral amb cúrcuma i salsa tomàquet Truita de patata i verdura amb enciam i pastanaga, pa integral
	665 Kcal	772 Kcal	656 Kcal	754 Kcal	789 Kcal
sopar	Espirals amb salsa pesto Llenguado amb pastanaga	Patata i brócoli Truita de carxofes	Espaguets amb verdures Seitons enfarinat amb ½ pebrot	Cous-cous amb verdures Conill a la planxa amb carbassó	Crema de carbassó Pollastre arrebossat
	25	26	27	28	29
dinar	<ul style="list-style-type: none"> Fruita Espaguets amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Truita de patata amb tomàquet i orenga, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Amanida de llenties Lluç al forn amb pastanaga i cogombre Fruita, pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> Amanida d'arròs integral Mongeta blanca saltejada Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Mongeta tendra, pastanaga i patata Hamburguesa de vedella amb pèsols Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de carbassa amb pipes Pollastre amb salsa de castanyes Púding de moniato, pa integral
	621 Kcal	641 Kcal	673 Kcal	732 Kcal	711 Kcal
sopar	Patata amb bledes Rap al forn amb tomàquet	Crema de carbassó Gall dindi amb xampinyons	Macarrons a la carbonara Truita de formatge amb pastanaga	Espirals amb verdures Llom amb tomàquet	Crema de pastanaga Llenguado a la marinera

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