

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 BALDIRI I REIXAC Novembre 2021					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		2	3	4	5
dinar	FESTA	<ul style="list-style-type: none"> Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Llenties estofades Fruita, pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa d'arròs Truita de patata amb enciam i cogombre Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Cigrons guisats Lluç al forn amb pastanaga i ceba Iogurt, pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> Fruita Patata i col Fricandó de vedella amb pèsols, pa integral
sopar		641Kcal Crema de carbassó Rap al forn amb ½ tomàquet	732cal Patata amb espinacs Conill amb salsa de tomàquet	673 Kcal Espirals amb formatge Gall dindi amb xampinyons	711Kcal Crema de pèsols Llenguado a la marinera
dinar	8	9	10	11	12
	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de pasta Estofat de gall dindi amb enciam i pastanaga Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Fruita Fideuà de verdures Maire a l'andalusa amb enciam i cogombre, pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> Arròs integral caldós amb verdura Cigrons estofats al curry Iogurt, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Patata i coliflor Ou farcit gratinat al forn al enciam i remolatxa Fruita, pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> Fruita Crema de carbassó Hamburguesa de mongeta seca amb cus-cús pa integral
sopar	700 Kcal Crema de porro amb formatge Truita a la francesa amb carbassó	721 Kcal Patata i bledes Filet de pollastre amb albergínia	675 Kcal Crema de pastanaga Salmó a la planxa amb remolatxa	635 Kcal Llenties estofades Lluç amb verdures	765 Kcal Espaguetis carbonara Botifarra amb pebrot verd
dinar	15	16	17	18	19
	<ul style="list-style-type: none"> Macarrons integrals amb samfaina Truita de formatge amb enciam i cogombre Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Cigrons amb espinacs Croquetes de pollastre amb enciam i tomàquet Iogurt, pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> Fruita Patata i bleda Estofat de gall dindi amb enciam i col llombarda Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Arròs integral amb verdures Lliri fresc al forn amb patata panadera, tomàquet Fruita, pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> Fruita Crema de pèsols Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet i formatge ratllat, pa integral
sopar	745 Kcal Trinxat de col Conill al forn amb enciam i tomàquet	641 Kcal Amanida verda Verat a la planxa amb patates	784 Kcal Espirals amb verdures Seitons amb pebrot verd	705 Kcal Crema de porros Truita de xampinyons amb carbassó	745 Kcal Patata i espinacs Filet de gall dindi amb enciam i tomàquet
dinar	22	23	24	25	26
	<ul style="list-style-type: none"> Fruita Arròs integral amb verdures Llom al forn amb enciam i blat de moro, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Fruita, pa integral Patata i col Gallineta enfarinada amb enciam i pastanaga 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de porro Hamburguesa de llenties amb cus-cús Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Mongetes seques saltejades amb all i julivert Pizza de verdures amb tomàquet i olives Fruita, pa integral 	TASTETS DEL MON
sopar	759 Kcal Patata i bledes Rap a la planxa amb xampinyons	760 Kcal Espirals amb formatge Pollastre al forn amb verdures	720 Kcal Arròs amb tomàquet Truita de pernil dolç amb carbassó	721 Kcal Espaguetis amb espinacs Llenguado a la meunière	
dinar	29	30			
	<ul style="list-style-type: none"> Crema de moniato Arròs integral de carn i peix Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Fruita, pa integral Galets amb salsa de formatge Truita de carbassó i patata amb enciam i cogombre 			
sopar	789 Kcal Patates i espinacs Verat a la brasa amb pebrot verd	638 Kcal Llenties estofades Filet de gall dindi amb pastanaga			

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