

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		LA MAQUINISTA sense lactosa			Setembre	2023
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES		
		6	7	8		
dinar		<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de carbassó</li> <li>Espaguetis amb salsa bolonyesa</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida de cigrons (ceba, pastanaga i tomàquet)</li> <li>Arròs integral amb salsa de carbassa</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i mongeta verda i pastanaga</li> <li>Botifarra amb cous-cous</li> <li>Gelat s/lactosa</li> </ul>		
		753 Kcal	693 Kcal	760 Kcal		
11		12	13	14	15	
dinar	<b>FESTA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de carbassa</li> <li>Arròs integral mixta</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estofat de llenties</li> <li>Lliri al forn amb enciam i blat de moro</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i bleada</li> <li>Estofat de gall dindi (ceba, pastanaga i tomàquet triturat)</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida de mongeta seca (pastanaga, pebrot vermell, i tomàquet)</li> <li>Truita d'espínacs i xampinyons amb enciam i pastanaga</li> <li>Iogurt s/lactosa</li> </ul>	
		831 Kcal	753 Kcal	693 Kcal	760 Kcal	
18		19	20	21	22	
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de porro</li> <li>Maire enfarinada amb cous-cous</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida de llenties (ceba, pastanaga i pebrot vermell)</li> <li>Truita de patata i carbassó amb enciam i cogombre</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata, mongeta tendra i pastanaga</li> <li>Hamburguesa de vedella amb pastanaga i pèsols</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs integral amb verdures (ceba, pebrot verd, vermell, tomàquet i pastanaga)</li> <li>Lluç al forn amb enciam i cogombre</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Espaguetis amb salsa de tomàquet</li> <li>Croquetes de pollastre amb enciam i remolatxa</li> <li>Iogurt s/lactosa</li> </ul>	
		799 Kcal	815 Kcal	667 Kcal	741 Kcal	
25		26	27	28	29	
dinar	<b>LA MERCÈ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Galets amb salsa d'espínacs s/llet</li> <li>Pollastre amb ceba i panses</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de pastanaga</li> <li>Truita de patata amb enciam i cogombre</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida de patata (blat de moro, pastanaga i tomàquet i olives)</li> <li>Calamar enfarinat amb enciam i remolatxa</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida verda (enciam, tomàquet, pastanaga, cogombre, ceba i olives)</li> <li>Arròs amb llenties</li> <li>Iogurt s/lactosa</li> </ul>	
		839 Kcal	641 Kcal	656 Kcal	642Kcal	

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