

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 Setembre 2023					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			6	7	8
dinar			<ul style="list-style-type: none"> Crema de carbassó Espaguetis amb salsa bolonyesa Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Amanida de cigrons (ceba, pastanaga i tomàquet) Arròs integral amb salsa de carbassa Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Patata i mongeta verda i pastanaga Botifarra amb cous-cous Gelat
			753 Kcal	693 Kcal	760 Kcal
sopa			Arròs amb salsa de fruits secs Vedella amb albergínia	Patata i coliflor Pollastre a la planxa amb remolatxa	Espaguetis amb xampinyons Rap arrebossat amb enciam i pipes
	11	12	13	14	15
dinar	FESTA	<ul style="list-style-type: none"> Crema de carbassa Arròs integral mixta Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Estofat de lleties Lliri al forn amb enciam i blat de moro Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Patata i bleada Estofat de gall dindi (ceba, pastanaga i tomàquet triturat) Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Amanida de mongeta seca (pastanaga, pebrot vermell, i tomàquet) Truita d'espínacs i xampinyons amb enciam i pastanaga Iogurt
		831 Kcal	753 Kcal	693 Kcal	760 Kcal
sopar		Macarrons amb tomàquet Llenguado al forn amb patates	Patata i espínacs Conill a la planxa amb col llombarda	Arròs 3 delícies Sonsos arrebossat amb carbassa	Crema de carbassó Hamburguesa de vedella amb enciam i blat de moro
	18	19	20	21	22
dinar	<ul style="list-style-type: none"> Crema de porro Maire enfarinada amb cous-cous Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Amanida de lleties (ceba, pastanaga i pebrot vermell) Truita de patata i carbassó amb enciam i cogombre Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Patata, mongeta tendra i pastanaga Hamburguesa de vedella amb pastanaga i pèsols Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Arròs integral amb verdures (ceba, pebrot verd, vermell, tomàquet i pastanaga) Lluç al forn amb enciam i cogombre Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Espaguetis amb salsa de tomàquet Croquetes de pollastre amb enciam i remolatxa Iogurt
	799 Kcal	815 Kcal	667 Kcal	651 Kcal	741 Kcal
sopar	Espaguetis amb xampinyons Gall dindi a la planxa amb carbassó	Macarrons amb formatge Seitons enfarinats amb albergínia	Arròs amb panses i pinyons Rap a la planxa amb enciam i sèsam	Espínacs saltejats Truita de patata	Patata i bròquil Llenguado arrebossat amb enciam i remolatxa
	25	26	27	28	29
dinar	LA MERCÈ	<ul style="list-style-type: none"> Galets amb salsa d'espínacs (crema de llet) Pollastre amb cebes i panses Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de pastanaga Truita de patata amb enciam i cogombre Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Amanida de patata (blat de moro, pastanaga i tomàquet i olives) Calamar enfarinat amb enciam i remolatxa Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Amanida verda (enciam, tomàquet, pastanaga, cogombre, cebes i olives) Arròs amb lleties Iogurt
		839 Kcal	641 Kcal	656 Kcal	642Kcal
sopar		Patata i bleada Cuixeta de conill amb tomàquet	Arròs al pesto Lluç al forn amb enciam i escarola	Espirals a la carbonara Llorn a la planxa amb xampinyons	Patata i pèsols Truita de formatge amb blat de moro

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