

88

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 octubre 2021					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
					1
dinar					<ul style="list-style-type: none"> ➤ Crema de verdures ➤ Taquets de gall dindi amb patata, pastanaga i ceba Fruita, pa blanc
sopa					Pasta Peix
	4	5	6	7	8
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Galets amb salsa d'espínacs ❖ Truita de patata amb enciam i cogombre ❖ Fruita, Pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Cigrons guisats ❖ Pollastre amb ceba i panses ❖ Fruita, Pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Crema de pastanaga ❖ Estofat de gall dindi amb enciam i pastanaga ❖ Fruita, pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Amanida de patata ❖ Lluç forn amb enciam i remolatxa ❖ Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Arròs amb salsa de tomàquet ❖ Llenties estofades ❖ Iogurt, pa integral
	864 Kcal	839 Kcal	641 Kcal	656 Kcal	642Kcal
	Verdura Carn blanca	Verdura Peix	Pasta Ou	Pasta Carn blanca	Verdura Peix
	11	12	13	14	15
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Espaguetis amb salsa carbonara ➤ Bacallà al forn amb enciam i tomàquet ➤ Fruita, pa blanc 	FESTA	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Crema de moniato ➤ Fideuà mixta ➤ Fruita, pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arròs integral amb verdures ➤ Llenties estofades ➤ Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Patata i verdura ➤ Estofat de vedella a la jardineria (pèsols i pastanaga) ➤ Fruita, pa integral
	804 Kcal		742 Kcal	653 Kcal	729 Kcal
	Verdura Ou		Verdura Peix	Verdura Carn blanca	Pasta Peix
	18	19	20	21	22
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Crema de porro ✓ Pizza bolonyesa amb enciam i remolatxa ✓ Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Espirals amb salsa d'espínacs ✓ Maire enfarinada amb samfaina ✓ Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Patata i bròquil ✓ Hamburguesa llenties amb enciam i pastanaga ✓ Fruita, pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Arròs integral amb tomàquet ✓ Truita de verdures amb enciam i cogombre ✓ Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Cigrons estofats ✓ Pollastre al forn amb enciam i olives ✓ Iogurt, pa integral
	725 Kcal	811 Kcal	828 Kcal	780 Kcal	759 Kcal
	Pasta Peix	Verdura Ou	Pasta Carn blanca	Verdura Carn blanca	Pasta Peix
	25	26	27	28	29
dinar	<ul style="list-style-type: none"> • Macarrons amb crema de llet vegetal • Truita de pernil dolç amb enciam i cogombre • Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> • Llenties guisades • Lluç al forn amb enciam i tomàquet • Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> • Patata i mongeta verda i pastanaga • Fideuà mixta • Fruita, pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> • Amanida d'arròs integral • Estofat de cigrons • Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de carbassa amb pipes • Pollastre amb salsa de castanyes • Moniato, pa integral
	854 Kcal	831 Kcal	753 Kcal	693 Kcal	760 Kcal
	Verdura Carn blanca	Pasta Ou	Pasta Peix	Verdura Carn blanca	Pasta Peix

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