

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 2022					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	5	6	7	8	9
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrons amb crema de llet vegetal</li> <li>Truita de pernil dolç amb enciam i cogombre</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Llenties guisades (ceba, pastanaga i tomàquet)</li> <li>Lluç al forn amb enciam i pastanaga</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de carbassó</li> <li>Fideuà mixta</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida de cigrons (ceba pastanaga i pebrot vermell)</li> <li>Arròs integrals amb salsa de tomàquet</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i mongeta verda i pastanaga</li> <li>Botifarra al forn amb cous-cous</li> <li>Iogurt</li> </ul>
	854 Kcal	831 Kcal	753 Kcal	693 Kcal	760 Kcal
sopar	Patata i espinacs Gall dindi amb col llombarda	Crema de carbassa Truita de formatge amb pastanaga	Llacets amb salsa de fruits secs Verat al forn amb albergínia	Patata i coliflor Conill a la planxa amb remolatxa	Espaguetis amb xampinyons Rap arrebossat amb enciam i pipes
	12	13	14	15	16
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida de pasta (blat de moro, tomàquet i olives)</li> <li>Filet de pollastre arrebossat amb verdures</li> <li>Fruita</li> </ul>	<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 moro</li> <li>Iogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i bleda</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'espinacs amb enciam i remolatxa</li> <li>Fruita</li> </ul>
	730 Kcal	801 Kcal	675 Kcal	683 Kcal	825 Kcal
sopar	Crema de porro Truita de formatge amb xampinyons	Macarrons amb tomàquet Llenguado al forn amb patates	Patata i bleda Conill a la planxa amb col llombarda	Arròs 3 delícies Lluç Sonsos arrebossats amb carbassa	Crema de carbassó Hamburguesa de vedella amb enciam i blat de moro
	19	20	21	22	23
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>Pollastre al forn amb enciam i tomàquet</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata, mongeta tendra i pastanaga</li> <li>Estofat 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, pastanaga i tomàquet)</li> <li>Truita de patata i carbassó 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 bacallà amb enciam i remolatxa</li> <li>Iogurt</li> </ul>
	799 Kcal	815 Kcal	667 Kcal	651 Kcal	741 Kcal
sopar	Espaguetis amb xampinyons Truita d'albergínia	Macarrons amb formatge Llenguado arrebossat amb enciam i remolatxa	Arròs amb panses i pinyons Rap a la planxa amb enciam i sèsam	Espinacs saltejats Llom amb albergínia	Patata i bròquil Gall dindi a la planxa amb carbassó
	26	27	28	29	30
dinar	<b>FESTA LOCAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida verda (enciam, tomàquet, pastanaga, cogombre, cebes i olives)</li> <li>Arròs amb llenties</li> <li>Iogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de pastanaga</li> <li>Truita de patata amb escarola i cogombre</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge</li> <li>Lluç forn amb enciam i remolatxa</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cigrons guisats (ceba, pastanaga i tomàquet)</li> <li>Pollastre amb cebes i panses</li> <li>Fruita</li> </ul>
		839 Kcal	641 Kcal	656 Kcal	642Kcal
sopar		Patata i bleda Cuixeta de conill amb tomàquet	Arròs 3 delícies Rap al forn amb enciam i escarola	Patata i mongeta verda Gall dindi 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.