

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 no porc Gener 2023					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	9	10	11	12	13
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Macarrons amb salsa de tomàquet</li> <li>▪ Croquetes de pollastre amb blat de moro i olives verdes</li> <li>▪ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mongetes guisades</li> <li>▪ Truita de verdures amb enciam i remolatxa</li> <li>▪ Iogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Patata i col</li> <li>▪ Estofat de vedella amb pastanaga i pèsols</li> <li>▪ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Arròs integral amb salsa de carbassa</li> <li>▪ Llenties estofades</li> <li>▪ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sopa de pasta</li> <li>▪ Abadejo al forn amb enciam i olives negres</li> <li>▪ Fruita</li> </ul>
	799 Kcal	815 Kcal	667 Kcal	651 Kcal	741 Kcal
	16	17	18	19	20
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fideus a la cassola</li> <li>❖ Truita de formatge amb enciam i olives</li> <li>❖ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Llenties estofades</li> <li>❖ Lluç al forn amb enciam i pastanaga</li> <li>❖ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Crema de porro</li> <li>❖ Filet pollastre arrebossat amb cous-cous</li> <li>❖ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Patata i bròquil</li> <li>❖ Maire enfarinada amb enciam i blat de moro</li> <li>❖ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Arròs integral amb salsa pesto</li> <li>❖ Mandonguilles a de vedella mb salsa de verdures</li> <li>❖ Iogurt</li> </ul>
	864 Kcal	839 Kcal	641 Kcal	656 Kcal	642Kcal
	23	24	25	26	27
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Espaguetis amb salsa carbonara</li> <li>➤ Bròtola al forn enciam i remolatxa</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cigrons saltejats</li> <li>➤ Truita de verdures amb xampinyons</li> <li>➤ Iogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Crema de carbassa</li> <li>➤ Pollastre al forn amb patata</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Mongetes estofades</li> <li>➤ Arròs integral amb verdures</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Patata i bròquil</li> <li>➤ Gall dindi al forn amb pèsols i pastanaga</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>
	804 Kcal	828 Kcal	742 Kcal	653 Kcal	729 Kcal
	30	31			
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Estofat de llenties</li> <li>✓ Fogoner al forn amb enciam i blat de moro</li> <li>✓ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Patata, bledes i pastanaga</li> <li>✓ Hamburguesa de pollastre amb cous-cous</li> <li>✓ Fruita</li> </ul>			
	725 Kcal	811 Kcal			

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