

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 vegetarià Gener 2023					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	9	10	11	12	13
dinar	<ul style="list-style-type: none"> Macarrons amb salsa de tomàquet Croquetes vegetals amb blat de moro i olives verdes Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Mongetes guisades Truita de verdures amb enciam i remolatxa Iogurt 	<ul style="list-style-type: none"> Patata i col Estofat de cigrons Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Arròs integral amb salsa de carbassa Llenties estofades Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de pasta Tofu al forn amb enciam i olives negres Fruita
	799 Kcal	815 Kcal	667 Kcal	651 Kcal	741 Kcal
	16	17	18	19	20
dinar	<ul style="list-style-type: none"> Fideus a la cassola Truita de formatge amb enciam i olives Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Llenties estofades Espaguetis amb verdures Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de porro Estofat de mongetes Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Patata i bròquil Estofat de cigrons Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Arròs integral amb salsa pesto Mandonguilles vegetals amb salsa de verdures Iogurt
	864 Kcal	839 Kcal	641 Kcal	656 Kcal	642Kcal
	23	24	25	26	27
dinar	<ul style="list-style-type: none"> Espaguetis amb salsa carbonara Tofu al forn enciam i remolatxa Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Cigrons saltejats Truita de verdures amb xampinyons Iogurt 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de carbassa Tofu al forn amb patata Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Mongetes estofades Arròs integral amb verdures Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Patata i bròquil Estofat de llenties Fruita
	804 Kcal	828 Kcal	742 Kcal	653 Kcal	729 Kcal
	30	31			
dinar	<ul style="list-style-type: none"> Crema de verdures Estofat de llenties Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Patata, bledes i pastanaga Hamburguesa vegetal amb cous-cous Fruita 			
	725 Kcal	811 Kcal			

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