

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).

Menü LA MAQUINISTA no carn octubre 2023					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	2	3	4	5	6
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Crema de moniato</li> <li>➤ Lluç al forn amb enciam i olives</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Amanida de mongetes seques (tomàquet, pastanaga, blat de moro i olives negres )</li> <li>➤ Truita de carbassó amb enciam i remolatxa</li> <li>➤ Iogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Amanida de pasta (blat de moro, tomàquet i olives )</li> <li>➤ Estofat de cigrons</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Arròs integral amb verdures ( ceba, pastanaga ,pebrot verd, vermell, tomàquet i pastanaga)</li> <li>➤ Llenties estofades</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Patata i coliflor</li> <li>➤ Truita a la jardineria (pèsols i pastanaga)</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>
	804 Kcal	828 Kcal	742 Kcal	653 Kcal	729 Kcal
	9	10	11	12	13
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Crema de carbassa</li> <li>✓ Pizza bolonyesa amb enciam i remolatxa</li> <li>✓ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Espirals amb salsa d'espínacs</li> <li>✓ Angelina al forn amb enciam i pastanaga</li> <li>✓ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Patata i bròquil</li> <li>✓ Truita de verdures amb enciam i blat de moro</li> <li>✓ Fruita</li> </ul>	<b>FESTIU</b>	<b>LLIURE DISPOSICIÓ</b>
	725 Kcal	811 Kcal	828 Kcal		
	16	17	18	19	20
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>• Maire enfarinada amb enciam i pastanaga</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crema de carbassó</li> <li>• Espaguetis amb salsa bolonyesa de tofu</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Amanida de cigrons (ceba, pastanaga i tomàquet )</li> <li>• Arròs integral amb salsa de tomàquet</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Patata i mongeta verda i pastanaga</li> <li>• Cous-cous amb pèsols</li> <li>• Iogurt</li> </ul>
	854 Kcal	831 Kcal	753 Kcal	693 Kcal	760 Kcal
	23	24	25	26	27
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Amanida de pasta (blat de moro, tomàquet i olives)</li> <li>• Filet de pollastre arrebossat amb xampinyons</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crema de porro</li> <li>• Arròs integral amb peix i pèsols</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estofat de llenties</li> <li>• Maire enfarinat amb enciam i blat de moro</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Patata i bleida</li> <li>• Estofat de cigrons (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'espínacs i xampinyons amb enciam i pastanaga</li> <li>• Iogurt</li> </ul>
	854 Kcal	831 Kcal	753 Kcal	693 Kcal	760 Kcal
	30	31			
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Amanida de llenties ( ceba, pastanaga i pebrot vermell)</li> <li>▪ Maire enfarinada amb cous-cous</li> <li>▪ Fruita</li> </ul>	<p><b>CASTANYADA</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Estofat de pèsols amb salsa de castanyes</p> <p>Moniato al forn</p>			
	799 Kcal				