

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 novembre 2023					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				2	3
dinar				<ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs integral amb verdures ( ceba, pebrot verd , vermell, tomàquet i pastanaga)</li> <li>Croquetes de bacallà amb enciam i remolatxa</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Espaguetis amb salsa de tomàquet</li> <li>Lluç al forn amb enciam i cogombre</li> <li>Iogurt</li> </ul>
sopar				651 Kcal Verdura Ou	741 Kcal Verdura Carn blanca
	6	7	8	9	10
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrons amb salsa carbonara</li> <li>Truita de patates amb enciam i pastanaga</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Llenties guisades</li> <li>Pollastre amb xampinyons</li> <li>Iogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de colirave i pastanaga</li> <li>Enfilat de gall dindi amb enciam i remolatxa</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i col</li> <li>Angelina al forn amb enciam i cogombre</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs integral amb verdures</li> <li>Estofat de mongetes</li> <li>Fruita</li> </ul>
sopar	854 Kcal Verdura Peix	831 Kcal Pasta Ou	753 Kcal Pasta Peix	693 Kcal Pasta Carn	760 Kcal Verdura Carn
	13	14	15	16	17
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de carbassa</li> <li>Truita de patata i verdura amb enciam i pastanaga</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs amb salsa de porro</li> <li>Llenties estofades</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa de pasta</li> <li>Salsitxes al forn amb enciam i olives</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cigrons estofats</li> <li>Maire enfarinada amb enciam i tomàquet</li> <li>Iogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i coliflor</li> <li>Croquetes de pollastre amb enciam i cogombre</li> <li>Fruita</li> </ul>
sopar	730 Kcal Pasta Carn	801 Kcal Verdura Peix	675 Kcal Verdura Ou	683 Kcal Pasta Carn	825 Kcal Pasta Peix
	20	21	22	23	24
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrons al pesto</li> <li>Lluç al forn amb enciam i blat de moro</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mongetes guisades</li> <li>Hamburguesa de vedella amb pastanaga i pèsols</li> <li>Iogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i bleida</li> <li>Calamars enfarinats amb enciam i cogombre</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de porro</li> <li>Llenties amb arròs integral</li> <li>Fruita</li> </ul>	<b>TASTET DEL MON</b>
sopar	799 Kcal Verdura Carn	815 Kcal Verdura Ou	667 Kcal Pasta Peix	651 Kcal Pasta Carn	
	27	28	29	30	
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>Lliri enfarinat al forn amb enciam i cogombre</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de moniato</li> <li>Filet pollastre arrebossat amb cous-cous</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i bròquil verd</li> <li>Enfilat de gall dindi amb enciam i blat de moro</li> <li>Fruita</li> </ul>	
sopar	864 Kcal Verdura Carn	839 Kcal Verdura Ou	641 Kcal Pasta Peix	656 Kcal Pasta Peix	