

~ menú ecològic Escoles ~

MENÚ MAIG NO PATUFET 2017					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1	2	3	4	5
dinar	FESTA DELS TREBALLADORS	<ul style="list-style-type: none"> Espaguetis amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Lluç al forn amb pastanaga i ceba Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de verdures Pizza pernil dolç i formatge Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Llenties guisades Hamburguesa de conill amb tomàquet, olives verdes i enciam logurt 	<ul style="list-style-type: none"> Amanida russa Pernilet de pollastre amb enciam, remolatxa i blat de moro Gelat
		621 Kcal	641 Kcal	732 Kcal	711Kcal
		Verdura Ou	Pasta Llegum	Pasta Peix blanc	Pasta Carn roja
	8	9	10	11	12
dinar	<ul style="list-style-type: none"> Crema de verdures amb crostons de pa Calamars a l'andalusa amb cus-cús Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Amanida d'arròs Filet de pollastre amb tomàquet, remolatxa i enciam Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Fideuà de peix Bacallà al forn amb pastanaga, cogombre i enciam Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Amanida de patata Mandonguilles amb pèsols Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Cigrons guisats Llibret de llom arrebossat amb enciam, pipes i blat de moro logurt
	700 Kcal	721 Kcal	675 Kcal	635 Kcal	765 Kcal
	Pasta Ou	Verdura Peix blanc	Verdura Carn roja	Pasta Peix blau	Pasta Carn blanca
	15	16	17	18	19
dinar	<ul style="list-style-type: none"> Arròs amb tomàquet Maire enfarinada amb blat de moro, pastanaga i enciam Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de verdures amb formatge ratllat Gall dindi estofat amb xampinyons Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Empedrat Truita a la jardineria amb enciam, olives verdes i raves logurt 	<ul style="list-style-type: none"> Patata i verdura Lluç al forn amb ceba amb enciam ,pipes i tomàquet Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de pasta Hamburguesa de vedella amb enciam, cogombre i remolatxa Gelat
	799 Kcal	641 Kcal	745 Kcal	705 Kcal	784 Kcal
	Verdura Carn blanca	Pasta Peix blau	Pasta Peix blanc	Verdura Carn vermella	Pasta Ou
	22	23	24	25	26
dinar	<ul style="list-style-type: none"> Amanida de llenties Bacallà al forn amb enciam tomàquet, olives verdes Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Bròcoli gratinat Estofat de tofu amb amanida Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de verdures Filet de porc amb arròs Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de pasta Pollastre amb enciam, pipes i cogombre logurt 	<ul style="list-style-type: none"> Espirals amb salsa carbonara Solla a l'andalusa amb enciam, remolatxa i blat de moro Fruita
	759 Kcal	760 Kcal	720 Kcal	721 Kcal	633 Kcal
	Verdura Peix blanc	Pasta Ou	Pasta Carn	Pasta Peix blau	Verdura Llegum
	29	30	31		
dinar	<ul style="list-style-type: none"> Arròs amb tomàquet Lluç a l'andalusa amb ceba tendra confitada i panses Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Amanida de pasta Truita de carbassó amb enciam, pipes i blat de moro Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Patata amb (2) verdures Estofat de cap de llom amb salsa de xampinyons Fruita 		
	789 Kcal	638 Kcal	623 Kcal		
	Verdura Carn blanca	Verdura Peix blau	Pasta Ou		

Totes les FRUITES, les VERDURES, les LLEGUMS, els CEREALS, les PASTES i els LÀCTICS utilitzats en l'elaboració dels menús, prové de l'agricultura ecològica, La VEDELLA, el PORC són productes ecològics certificada per la CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica)

Núria Ripoll Suñé
21425-C

naturalcuina

~ menú ecològic Escoles ~

MENÚ JUNY NOU PATUFET 2017					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1	2
dinar				<ul style="list-style-type: none"> ➤ Cigrons guisats ➤ Croquetes de pollastre amb pastanaga ratllada, olives negres i cogombre ➤ logurt 	LLIURE DISPOSICIÓ
				711 Kcal	
				Pasta Carn vermella	
	5	6	7	8	9
dinar	SEGONA PASQUA	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Galets amb salsa de formatge ✓ Bacallà a la catalana amb enciam ,pastanaga i tomàquet ✓ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Crema de verdures amb crostonets de pa ✓ Pernilet de pollastre amb quinoa ✓ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Amanida d'arròs ✓ Maira a l'andalusa amb enciam, cogombre i olives ✓ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Patata amb verdures ✓ Estofat de gall dindi amb pèsols ✓ Fruita
		665 Kcal	656 Kcal	754 Kcal	789 Kcal
		Pasta Peix	Pasta Llegum	Verdura Peix blanc	Arròs Ou
	12	13	14	15	16
dinar	<ul style="list-style-type: none"> • Espaguetis amb salsa de tomàquet i formatge ratllat • Lluç al forn amb pastanaga i ceba • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de pasta • Truita de patata amb enciam, pipes i cogombre • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de verdures • PIZZA pernil dolç i formatge • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Lenties guisades • Hamburguesa de conill amb tomàquet, olives verdes i enciam • logurt 	<ul style="list-style-type: none"> • Amanida russa • Pernilet de pollastre amb enciam, remolatxa i blat de moro • Gelat
	621 Kcal	673 Kcal	641 Kcal	732 Kcal	711Kcal
	Verdura Ou	Verdura Peix blau	Pasta Llegum	Pasta Peix blanc	Pasta Carn roja
	19	20	21		
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ○ Crema de verdures amb crostonets de pa ○ Calamars a l'andalusa amb cus-cús ○ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Amanida d'arròs ○ Filet de pollastre amb tomàquet, remolatxa i enciam ○ Fruita 	MENÚ FI DE CURS		
	700 Kcal	721 Kcal			
	Pasta Ou	Verdura Peix blanc			

Totes les FRUITES, les VERDURES, les LLEGUMS, els CEREALS, les PASTES i els LÀCTICS utilitzats en l'elaboració dels menús, prové de l'agricultura ecològica, La VEDELLA, el PORC són productes ecològics certificada per la CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica)

Núria Ripoll Suñé
21425-C

naturalcua