

# ~menú ecològic Escoles~

MENÚ Nou Patufet Casal d'estiu Juliol 2017					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	3	4	5	6	7
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Amanida de lleties</li> <li>❖ Bacallà al forn amb enciam, tomàquet i olives verdes</li> <li>❖ logurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Amanida russa</li> <li>❖ Mandonguilles a la jardineria</li> <li>❖ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Vichyssoise</li> <li>❖ Filet de porc amb arròs</li> <li>❖ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Arròs 3 delícies</li> <li>❖ Pollastre amb enciam, pipes i cogombre</li> <li>❖ Natilles de xocolata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Espirals amb salsa carbonara</li> <li>❖ Seitons a l'andalusa enciam ,remolatxa i blat de moro</li> <li>❖ Fruita</li> </ul>
	759 Kcal	760 Kcal	720 Kcal	721 Kcal	633 Kcal
	Verdura Peix blanc	Pasta Carn blanca	Pasta Carn	Pasta Peix blau	Verdura Llegum
	10	11	12	13	14
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Arròs amb tomàquet</li> <li>➤ Lluç al forn amb ceba tendra confitada i panses</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Amanida de pasta</li> <li>➤ Truita de carbassó amb enciam, pipes i blat de moro</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Patata amb verdures</li> <li>➤ Estofat de cap de llom amb salsa de xampinyons</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cigrons saltejats</li> <li>➤ Croquetes de bacallà amb tomàquet, remolatxa i enciam</li> <li>➤ logurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Amanida de patata</li> <li>➤ Pizza de pernil dolç i formatge</li> <li>➤ Gelat</li> </ul>
	789 Kcal	638 Kcal	623 Kcal	711 Kcal	673 Kcal
	Verdura Carn blanca	Verdura Peix blau	Pasta Ou	Pasta Carn vermella	Pasta Llegum
	17	18	19	20	21
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Galets amb salsa de tomàquet</li> <li>✓ Bacallà a la catalana amb tomàquet , pastanaga i panses</li> <li>✓ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Mongetes saltejades</li> <li>✓ Botifarra de porc amb enciam i blat de moro i pipes</li> <li>✓ logurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Crema de verdures amb crostonets de pa</li> <li>✓ Pernilet de pollastre amb quinoa saltejada</li> <li>✓ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Amanida d'arròs</li> <li>✓ Hamburguesa amb enciam cogombre i olives verdes</li> <li>✓ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Amanida d'estiu</li> <li>✓ Estofat de gall dindi amb pèsols</li> <li>✓ Natilles de vainilla</li> </ul>
	665 Kcal	772 Kcal	656 Kcal	754 Kcal	789 Kcal
	Verdura Carn roja	Pasta Peix blau	Pasta Llegum	Verdura Carn vermella	Arròs Ou
	24	25	26	27	28
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espaguetis amb salsa de tomàquet i formatge ratllat</li> <li>• Mandonguilles amb pastanaga i ceba</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fideuà</li> <li>• Truita de patata amb enciam, pipes i cogombre</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crema de verdures</li> <li>• Croquetes de pernil amb arròs</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lleties saltejades</li> <li>• Hamburguesa amb enciam, tomàquet i olives verdes</li> <li>• logurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Amanida russa</li> <li>• Lluç a l'andalusa amb enciam ,remolatxa i blat de moro</li> <li>• Gelat</li> </ul>
	621 Kcal	673 Kcal	641 Kcal	732 Kcal	711Kcal
	Verdura Ou	Verdura Peix blau	Pasta Carn blanca	Pasta Peix blanc	Pasta Llegum

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