



Setembre 2018

### Escola Nou Patufet

#### En els nostres menús...

La **verdura** és fresca, de temporada i de proximitat/ecològica.  
 Els **llegums** són de producció ecològica.  
 La **pasta** i l'**arròs** són de producció ecològica/integral.  
 Els **iogurts** són La Fageda. (Producte d'acció social)  
 La **fruita** és variada, de temporada, i de proximitat/ecològica.  
 El **pa** és integral els dimarts i els dijous  
 Les **carns de porc, vedella i pollastre** són sense al.lergògens i procedeixen de granges catalanes.

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOURS 6	DIVENDRES 7
Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge ratllat	Amanida d'rròs	Mongeta tendra amb patata	Pasta a la carbonara	Cigrons saltejats amb salsa de tomàquet
Botifarra de porc amb mongetes saltades	Trita de patata i ceba amb amanida	Pit de pollastre arrebossat amb amanida	Mandonguilles jardineria amb patates a daus	Hamburguesa de vedella amb ceba confitada
Fruita fresca de temporada	logurt de sabors	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	Flam

Al llarg del dia hauria de menjar...			
Sucres	1 ració	Verdures	2 racions
Làctics	2 - 3 racions	Fruites	3 racions
Cereals, patata, arròs, llegums, pa		6 - 7 racions	
Ous, carns, aus i peixos		2 racions	
Olis, fruits de pela o similars		2 - 4 racions	