

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).

Menú SOL SOLET vegetarià gener 2021					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	11	12	13	14	15
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Arròs amb tomàquet</li> <li>❖ Lenties estofades</li> <li>❖ Iogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Patata i espinacs</li> <li>❖ Mongetes estofades</li> <li>❖ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Sopa de pasta</li> <li>❖ Estofat de pèsols</li> <li>❖ Iogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Crema de porro amb mill</li> <li>❖ Truita de verdures amb enciam i remolatxa</li> <li>❖ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Macarrons integrals amb salsa de carbassa</li> <li>❖ Cigrons estofats</li> <li>❖ Fruita</li> </ul>
	18	19	20	21	22
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Arròs integral amb tomàquet i orenga</li> <li>➤ Lenties estofades</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Patata i bròquil</li> <li>➤ Estofat de pèsols</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Sopa de pasta</li> <li>➤ Humus de cigrons amb crostons de pa.</li> <li>➤ Iogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Crema de moniato amb mill</li> <li>➤ Mongetes estofades</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Espaguetis integrals amb salsa de porro i pastanaga</li> <li>➤ Truita de verdures amb enciam i remolatxa</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>
	25	26	27	28	29
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Patata, mongeta verda i pastanaga</li> <li>✓ Lenties estofades</li> <li>✓ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Crema de coliflor amb mill</li> <li>✓ Truita de patata amb enciam i cogombre</li> <li>✓ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Sopa de pasta</li> <li>✓ Cigrons estofats</li> <li>✓ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Arròs integral amb salsa de tomàquet</li> <li>✓ Mongetes guisades amb ceba</li> <li>✓ Iogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Macarrons amb salsa de carbassa</li> <li>✓ Estofat de pèsols</li> <li>✓ Fruita</li> </ul>

- NOTA: 9NaturalCuina disposa de tota la informació sobre els al·lèrgens dels diferents plats de l'escola.