

Menú Ecològic Escoles

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 Abril 2021					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		6	7	8	9
dinar	DILLUNS DE PASQUA	- Arròs integral amb verdures - Llenties guisades amb ceba. - Fruita	- Sopa de pasta - Pollastre rostit amb enciam i pastanaga - Fruita	- Crema de carbassa amb mill - Lluç enfarinat al forn amb patates, enciam i remolatxa - Fruita	- Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet i pastanaga - Filet de porc al forn amb samfaina - Fruita
sopar		Verdura Peix blau	Verdura Carn vermella	Pasta Carn blanca	Verdura Truita
	12	13	14	15	16
dinar	- Arròs integral amb salsa de tomàquet - Filet de pollastre amb enciam i cogombre - Fruita	- Crema de carbassó amb mill - Cigrons guisats amb ceba. - Fruita	- Patata i coliflor - Lliri forn amb pastanaga i carbassó - Fruita	- Sopa de pasta - Truita a la jardineria amb enciam i remolatxa - Fruita	- Macarrons integrals amb salsa de poma - Estofat de vedella amb tomàquet - Fruita
sopar	Verdura Peix blau	Pasta Truita	Pasta Carn vermella	Verdura Peix blanc	Verdura Carn blanca
	19	20	21	22	23
dinar	- Arròs integral amb salsa de carbassó. - Truita de patates amb enciam i pastanaga - Fruita	- Crema de pastanaga amb mill - Estofat de gall dindi amb puré de polenta. - Fruita	- Sopa de pasta. - Mongetes estofades amb enciam i remolatxa - Iogurt	- Patata i bleda - Maire enfarinat amb enciam i tomàquet - Fruita	- Espaguetis integrals amb salsa de pastanaga i tomàquet - Salsitxes a la planxa amb enciam i cogombre - Fruita
sopar	Verdura Carn blanca	Pasta Peix blanc	Verdura Ou	Pasta Carn vermella	Verdura Peix blau
	26	27	28	29	30
dinar	- Crema de porro amb mill - Estofat de cap de llom amb enciam i tomàquet - Fruita	- Patata i espinacs - Lluç al forn amb xampinyons saltejats - Fruita	- Sopa de pasta - Llenties guisades - Iogurt	- Arròs integral amb salsa de tomàquet - Truita de verdures amb enciam i remolatxa - Fruita	- Macarrons integrals amb salsa de carbassa - Pollastre amb romaní, ceba amb enciam i pastanaga - Fruita
sopar	Pasta Peix blau	Pasta Carn blanca	Verdura Truita	Verdura Peix blanc	Verdura Ou

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