

# Menú Ecològic Escoles

Totes les FRUITES, les VERDURES, els LLEGUMS, les PASTES i els LÀCTICS utilitzats en l'elaboració dels menús, provenen de l'agricultura ecològica, la VEDELLA és un producte ecològic certificat per la CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica).

Menú MONTSENY no porc març 2024					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
					1
dinar					<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Sopa de pasta</li> <li>❖ Hamburguesa de vedella amb cous-cous</li> <li>❖ Fruita</li> </ul>
	4	5	6	7	8
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Macarrons integrals amb samfaina</li> <li>➤ Calamars enfarinats amb enciam i blat de moro</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Galets amb salsa de formatge</li> <li>➤ Truita de carbassó amb enciam i remolatxa</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Hummus de cigrons</li> <li>➤ Arròs integral amb verdures</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Patata, espinacs i pastanaga</li> <li>➤ Fogoner al forn amb enciam i pastanaga</li> <li>➤ Iogurt natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Mongetes estofades</li> <li>➤ Enfilat de gall dindi amb enciam i olives</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>
	11	12	13	14	15
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Crema de porro</li> <li>➤ Llenties estofades</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Arròs integral amb cúrcuma i salsa tomàquet i pastanaga</li> <li>➤ Seitó enfarinat amb enciam i remolatxa</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Mongeta seca amb carbassa</li> <li>➤ Truita de verdures amb enciam i blat de moro</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Patata i bròquil</li> <li>➤ Contra de cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Sopa de pasta</li> <li>➤ Salsitxes halal amb salsa de verdures</li> <li>➤ Iogurt natural</li> </ul>
	18	19	20	21	22
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crema de pastanaga</li> <li>• Pollastre al forn amb enciam i remolatxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet i formatge ratllat</li> <li>• Cigrons estofats</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sopa d'arròs integral</li> <li>• Truita de patata i verdura amb enciam i blat de moro</li> <li>• Iogurt natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Llenties guisades</li> <li>• Gallineta al forn amb enciam i olives</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<b>TASTET DEL MON</b>

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