

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 vegetarià març 2024					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
					1
dinar					<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Sopa de pasta</li> <li>❖ Hamburguesa de llegum 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>➤ Lenties estofades</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>➤ Tofu al forn amb enciam i pastanaga</li> <li>➤ Iogurt natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Mongetes estofades</li> <li>➤ Espaguetis amb verdures</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>
	11	12	13	14	15
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Crema de porro</li> <li>➤ Lenties estofades</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Arròs integral amb cúrcuma i salsa tomàquet i pastanaga</li> <li>➤ Cigrons estofats</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>➤ Croquetes de llegum amb enciam i pastanaga</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Sopa de pasta</li> <li>➤ Tofu 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>• Lenties estofades</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>• Lenties guisades</li> <li>• Macarrons amb verdures</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.