

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 MONTSENY no porc juny 2024						
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
	3	4	5	6	7	
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Espirals amb verdures</li> <li>➤ Filet de pollastre al forn amb enciam i cogombre</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Arròs integral amb salsa de xampinyons</li> <li>➤ Cigrons al curry</li> <li>➤ Iogurt natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Crema de pastanaga</li> <li>➤ Truita de carbassó amb enciam i remolatxa</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Amanida d'estiu (pastanaga, pèsols mongeta verda i patata )</li> <li>➤ Seitó enfarinat amb enciam i tomàquet</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Amanida de llenties (tomàquet, pebrot verd i pastanaga )</li> <li>➤ Estofat de gall dindi amb cous-cous</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	
	633 Kcal	638 Kcal	623 Kcal	711 Kcal	673 Kcal	
	10	11	12	13	14	
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Crema de carbassó</li> <li>➤ Truita de formatge amb enciam i pastanaga</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Amanida verda (enciam , pastanaga, blat de moro , olives , cogombre i tomàquet , poma, formatge fresc i codony )</li> <li>➤ Pernilets de pollastre amb ½ patata al caliu</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Macarrons integral amb crema de llet</li> <li>➤ Mongetes estofades</li> <li>➤ Iogurt natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Patata i bledes</li> <li>➤ Salsitxes halal amb enciam i remolatxa</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Arròs integral amb cúrcuma i salsa tomàquet</li> <li>➤ Dorada al forn amb enciam i cogombre</li> <li>➤ Fruita</li> </ul>	
	665 Kcal	772 Kcal	656 Kcal	754 Kcal	789 Kcal	
	17	18	19	20	21	
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mongeta tendra, pastanaga i patata</li> <li>• Hamburguesa de vedella amb pèsols</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espaguetis integrals amb salsa carbonara (crema de llet i bacó)</li> <li>• Truita de verdura amb enciam i tomàquet</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crema de pastanaga (patata, ceba i pastanaga)</li> <li>• Mongeta blanca saltejada amb all i julivert</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arròs integral amb verdures (pastanaga, blat de moro , tomàquet i olives )</li> <li>• Llobarro al forn amb enciam i blat de moro</li> <li>• Iogurt natural</li> </ul>	<b>MENÚ ESPECIAL</b>	
	621 Kcal	641Kcal	673Kcal	732 Kcal		

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