

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 ENTENÇA vegetarià març 2020					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	2	3	4	5	6
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Arròs integral amb verdures ❖ Truita de verdures amb tomàquet i orenga ❖ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Patata i verdura ❖ Mongetes estofades ❖ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Crema de verdura ❖ Llenties amb arròs ❖ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Macarrons amb salsa de tomàquet ❖ Mandonguilles vegetals amb enciam i pastanaga ❖ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Cigrons guisats amb verdures ❖ Tofu enfarinat amb enciam i olives ❖ Iogurt natural
	9	10	11	12	13
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arròs integral amb verdures ➤ Llenties estofades ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Crema de verdura ➤ Truita de verdures amb enciam i cogombre ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sopa de pasta ➤ Pastís de mill i tofu ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Patata i verdura ➤ Hamburguesa de mongeta seca a la jardineria ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Llenties guisades ➤ Pastís de mill amb verdures ➤ Iogurt natural
	16	17	18	19	20
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Arròs integral amb salsa de bolets ✓ Tofu enfarinat al forn amb enciam i pastanaga ✓ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Macarrons amb salsa de tomàquet ✓ Truita de carbassó enciam i tomàquet ✓ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Patata i verdura ✓ Pastís de mill amb to ✓ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Galets amb salsa de verdures amb enciam i cogombre ✓ Mongetes seques amb verdures ✓ Iogurt natural 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Crema de verdura ✓ Llenties amb arròs ✓ Fruita
	23	24	25	26	27
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Macarrons amb salsa de tomàquet ▪ Llenties guisades amb verdures ▪ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Arròs integral amb samfaina ▪ Estofat de mongeta seca ▪ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sopa pasta ▪ Truita de verdures amb enciam i remolatxa ▪ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Cous-cous integral amb ceba i pastanaga ▪ Cigrons guisats amb enciam i tomàquet ▪ Iogurt natural 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Patata amb (2)verdures ▪ Hamburguesa de tofu amb enciam i cogombre ▪ Fruita
	30	31			
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ○ Espirals amb salsa de tomàquet ○ Tofu enfarinat amb enciam i olives verdes ○ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Patata i verdura ○ Estofat de mongetes amb enciam i pastanaga ○ Fruita 			

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