

# menú ecològic Escoles

MENÚ MAIG SANT JOSEP 2017					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1	2	3	4	5
dinar	<b>FESTA DELS TREBALLADORS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de verdures de temporada</li> <li>Lluç al forn amb Patata al caliu</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cigrons guisats</li> <li>Filet a la milanesa</li> <li>logurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida de pasta</li> <li>Filet de Pollastre a la llimona amb enciam i olives</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i verdura</li> <li>Llom al forn amb enciam i olives</li> <li>Fruita</li> </ul>
		832 Kcal	590 Kcal	623 Kcal	823 Kcal
		Verdura Ou	Pasta Peix	Pasta Peix	Pasta Carn
	8	9	10	11	12
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrons amb salsa pastanaga i tomàquet</li> <li>Bacallà al forn amb patata i ceba</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida de mongeta pollastre amb ceba i pastanaga</li> <li>logurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de porro</li> <li>Estofat de gall dindi enciam i cogombre</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gaspatxo amb crostonets de pa</li> <li>Truita de patata amb enciam i olives</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patates i verdura</li> <li>Calamars enfarinat amb enciam i tomàquet</li> <li>Gelat</li> </ul>
	671 Kcal	734 Kcal	657 Kcal	695 Kcal	650 Kcal
	Verdura Ou	Pasta peix	Verdura Carn	Pasta Ou	Pasta Carn
	15	16	17	18	19
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Llenties guisades</li> <li>Solla enfarinat amb farina d'arròs fet a l'escola amb col llombarda i remolatxa ratllada</li> <li>logurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i verdura</li> <li>Llom rostit amb ceba</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa de pasta estrelletes</li> <li>Pizza bolonyesa</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida d'arròs</li> <li>Peix fresc amb enciam i olives verdes</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de carbassa</li> <li>Mandonguilles de vedella a la jardineria</li> <li>Fruita</li> </ul>
	690 Kcal	717 Kcal	733 Kcal	798 Kcal	765 Kcal
	Pasta Ou	Verdura Peix	Pasta Ou	Verdura Carn	Pasta Peix
	22	23	24	25	26
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs amb verdures</li> <li>Bacallà al forn amb enciam i olives verdes</li> <li>Pera a rodanxes amb mel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i verdura</li> <li>Estofat de gall dindi amb bolets</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Llacets amb salsa bolonyesa *</li> <li>Croquetes de cigrons del cuiner amb enciam i pastanaga</li> <li>logurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida de pasta</li> <li>Truita de verdures amb enciam i cogombre</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de verdures</li> <li>Salsitxes de porc amb patata al caliu</li> <li>Gelat</li> </ul>
	832 Kcal	590 Kcal	691 Kcal	623 Kcal	823 Kcal
	Verdura Ou	Pasta Peix	Verdura Carn	Pasta Peix	Pasta Carn
	29	30	31		
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fideuà de peix de roca</li> <li>Croquetes fresques de bacallà amb enciam i olives</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mongetes estofades.</li> <li>Hamburguesa</li> <li>Pollastre amb patata al caliu.</li> <li>logurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patates i verdures</li> <li>Peix fresc amb pastanaga al forn</li> <li>Fruita</li> </ul>		
	671 Kcal	809 Kcal	611 Kcal		
	Verdura Carn	Pasta Ou	Pasta Carn		

Totes les FRUITES, les VERDURES, les LLEGUMS, els CEREALS, les PASTES i els LÀCTICS utilitzats en l'elaboració dels menús, prové de l'agricultura ecològica, La VEDELLA, el PORC són productes ecològics certificada per la CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica)

Núria Ripoll Suñé  
21425-C

naturalcuina

# ~ menú ecològic Escoles ~

MENÚ JUNY SANT JOSEP 2017					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
dinar				1	2
				ENGLISH DAY	LLIURE DSIPOSICIÓ
	5	6	7	8	9
dinar	<b>SEGONA PASQUA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Amanida de pasta</li> <li>✓ Lluç amb enciam i cogombre</li> <li>✓ Rodanxes de taronja amb sucre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Sopa de pasta</li> <li>✓ Llom arrebossat amb enciam i olives</li> <li>✓ Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Crema de verdures</li> <li>✓ Mandonguilles a la jardinera</li> <li>✓ Gelat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Arròs amb tomàquet</li> <li>✓ Llenties guisades</li> <li>✓ logurt</li> </ul>
		739 Kcal	620 Kcal	700 Kcal	744 Kcal
		Verdura Carn	Verdura Ou	Verdura Carn	Pasta Peix
dinar	12	13	14	15	16
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crema de verdures de temporada</li> <li>• Lluç al forn amb patata al caliu</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cigrons guisats</li> <li>• Filet a la milanesa</li> <li>• logurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Macarrons amb tomàquet i orenga</li> <li>• Seitons a l'andalusa amb enciam i pastanaga</li> <li>• Plàtan amb xocolata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Amanida de pasta</li> <li>• Filet de Pollastre a la llimona amb enciam i olives</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Patata i verdura</li> <li>• Llom al forn amb enciam i olives</li> <li>• Fruita</li> </ul>
	832 Kcal	590 Kcal	691 Kcal	623 Kcal	823 Kcal
	Verdura Ou	Pasta Peix	Verdura Carn	Pasta Peix	Pasta Carn
dinar	19	20	21		
	<b>MENÚ FI DE CURS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Amanida de mongeta</li> <li>○ pollastre amb ceba i pastanaga</li> <li>○ logurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Crema de porro</li> <li>○ Estofat de gall dindi enciam i cogombre</li> <li>○ Fruita</li> </ul>		
		734 Kcal	657 Kcal		
		Pasta peix	Verdura Carn		

Totes les FRUITES, les VERDURES, les LLEGUMS, els CEREALS, les PASTES i els LÀCTICS utilitzats en l'elaboració dels menú, prové de l'agricultura ecològica, La VEDELLA, el PORC són productes ecològics certificada per la CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica)

Núria Ripoll Suñé  
21425-C

naturalcuina