

Menú Ecològic Escoles

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 ARC IRIS vegetarià Juny 2022					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1	2	3
dinar			- Arròs integral amb verdures - Truita de formatge amb tomàquet al forn - Fruita, pa integral	- Cigrons guisats Espaguetis amb verdures - Iogurt natural, pa blanc	FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ
	6	7	8	9	10
dinar	SEGONA PASQUA	- Amanida completa - Llenties estofades amb arròs - Iogurt natural, pa blanc	- Crema de carbassó Espirals amb bolonyesa de tofu - Fruita, pa integral	- Mongeta estofada - Truita de verdures amb tomàquet i blat de moro - Fruita, pa blanc	Amanida de cigrons - Cous-cous integral amb verdures - Fruita, pa integral
	13	14	15	16	17
dinar	- Crema de porro Patates estofades amb tofu picat - Fruita, pa blanc	- Macarrons amb tomàquet - Truita de patata amb enciam i olives - Fruita, pa blanc	- Espirals amb salsa d'espínacs - Falàfel de cigró amb salsa de iogurt - Fruita, pa integral	- Col i patata bullides Mandonguilles vegetals a la jardineria - Fruita, pa blanc	- Amanida de llenties Espaguetis amb verdures - Iogurt natural, pa integral
	20	21	22		
dinar	- Espaguetis amb salsa de xampinyons - Truita de verdures amb enciam i cogombre - Fruita, pa blanc	- Amanida de patata - Pastís de mill i tofu gratinat amb formatge - Fruita, pa blanc	MENÚ DE FI DE CURS		

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