

Menú Ecològic Escoles

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 ARC IRIS Febrer 2026				
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	2	3	4	5	6
dinar	- Arròs integral amb samfaina - Contra cuixa de pollastre amb enciam i rave - Iogurt natural	- Macarrons amb salsa de tomàquet - Llenties estofades - Fruita	- Patata i bledes - Mandonguilles de vedella amb enciam i remolatxa - Fruita	- Crema de moniato - Seitó enfarinat amb enciam i olives verdes - Fruita	- Estofat de cigrons - Trita de verdura amb enciam i pastanaga - Fruita
sopar	Verdura Pasta Peix blanc	Verdura Mill Carn blanca	Verdura Pasta Ou	Verdura Arròs Carn blanca	Verdura Patata Peix blau
	9	10	11	12	13
dinar	- Espaguetis integrals Thai (pebrot verd, vermell, soja i sèsam) - Llenties guisades amb patata - Fruita	- Col i patata al vapor - Pernilets de pollastre amb enciam i olives verdes - Fruita	- Crema de carbassa amb bastonets de pa - Lluç al forn amb enciam i remolatxa - Fruita	DIJOUS LLARDER Cigrons estofats Trita de patates amb botifarra Natilles la Fageda	- Paella de verdures - Gall dindi estofat amb cous-cous - Fruita
sopar	Verdura Pasta Carn blanca	Verdura Mill Ou	Verdura Pasta Peix blau		Verdura Patata Peix blanc
	16	17	18	19	20
dinar	LLIURE DISPOSICIÓ	- Sopa de pollastre amb pasta - Trita de verdures amb enciam i olives - Fruita	- Coliflor amb beixamel - Estofat de llom - Fruita	- Crema de porro - Bacallà al forn amb enciam i pastanaga - Fruita	- Estofat de cigrons - Arròs integral amb verdures - Iogurt natural
sopar		Verdura Pasta Peix blanc	Verdura Arròs Ou	Verdura Mill Llegum	Verdura Pasta Carn blanca
	23	24	25	26	27
dinar	- Llenties estofades - Maire enfarinada amb enciam i rave - Fruita	- Crema de pastanaga - Pernilets de pollastre amb enciam i blat de moro - Fruita	- Cigrons estofats - Espirals amb salsa de porro i remolatxa - Iogurt natural	- Bròquil i patata bullides - Hamburguesa de vedella amb cous-cous - Fruita	- Arròs integral amb verdures - Ou dur amb salsa de tomàquet amb enciam i olives verdes - Fruita
sopar	Verdura Patata Carn blanca	Verdura Arròs Peix blanc	Verdura Llegum Ou	Verdura Mill Peix blau	Verdura Pasta Carn blanca

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