

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 MONTSENY sense lactosa març 2024					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
					1
dinar					<ul style="list-style-type: none"> ❖ Sopa de pasta ❖ Hamburguesa de vedella amb cous-cous ❖ Fruita
	4	5	6	7	8
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Macarrons integrals amb samfaina ➤ Calamars enfarinats amb enciam i blat de moro ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Galets amb salsa de tomàquet ➤ Truita de carbassó amb enciam i remolatxa ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hummus de cigrons ➤ Arròs integral amb verdures ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Patata, espinacs i pastanaga ➤ Fogoner al forn amb enciam i pastanaga ➤ Iogurt s/lactosa 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Mongetes estofades ➤ Enfilat de gall dindi amb enciam i olives ➤ Fruita
	11	12	13	14	15
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Crema de porro ➤ Llenties estofades ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arròs integral amb cúrcuma i salsa tomàquet i pastanaga ➤ Seitó enfarinat amb enciam i remolatxa ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Mongeta seca amb carbassa ➤ Truita de verdures amb enciam i blat de moro ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Patata i bròquil ➤ Contra de cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sopa de pasta ➤ Filet de porc amb salsa de verdures ➤ Iogurt s/lactosa
	18	19	20	21	22
dinar	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de pastanaga • Pollastre al forn amb enciam i remolatxa • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet • Cigrons estofats • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa d'arròs integral • Truita de patata i verdura amb enciam i blat de moro • Iogurt natural 	<ul style="list-style-type: none"> • Llenties guisades • Gallineta al forn amb enciam i olives • Fruita 	TASTET DEL MON

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