

MENÚ ECOLÒGIC ESCOLES



Menú LOLA ANGLADA juny 2019

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	3	4	5	6	7
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Paella de peix ➤ Peix al forn amb ceba tendra confitada i panses ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Amanida completa ➤ Macarrons amb salsa bolonyesa (picada de vedella) i formatge ratllat ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Patata amb (2) verdures ➤ Truita de carbassó amb enciam, pipes i blat de moro ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Cigrons guisats ➤ Pollastre amb tomàquet, remolatxa i enciam ➤ Iogurt 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Crema de verdura amb rostes ➤ Pizza de tonyina ➤ Fruita
	789 Kcal	638 Kcal	623 Kcal	711 Kcal	673 Kcal
sopar	Verdura Carn blanca	Verdura Peix blau	Pasta Ou	Pasta Carn roja	Pasta Llegum
	10	11	12	13	14
dinar	FESTA LOCAL	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Galets amb crema de llet i formatge ratllats ✓ Truita de verdures amb enciam, cogombre i remolatxa ✓ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Amanida russa ✓ Filet de porc amb humus de cigrons ✓ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Crema de verdures amb crostons ✓ Pernilets de pollastre amb enciam, olives verdes i raves ✓ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Arròs amb salsa tomàquet ✓ Peix fresc s/mercat amb salsa de llimona ✓ Gelat
		665 Kcal	754 Kcal	656 Kcal	789 Kcal
sopa		Verdura Carn roja	Pasta Peix blanc	Pasta Llegum	Verdura Ou
	17	18	19	20	21
dinar	<ul style="list-style-type: none"> • Espaguetis amb salsa de tomàquet i formatge ratllat • Pollastre amb tomàquet, olives verdes i ceba tendra • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Amanida d'arròs • Peix fresc al forn amb pastanaga i ceba • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de verdures • Truita de patata amb enciam, pipes i cogombre • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Llenties guisades • Peix fresc s/mercat enciam, blat de moro i rave • Iogurt 	Hamburguesa completa amb xips i ganxits Gelat
	621 Kcal	673 Kcal	641 Kcal	732 Kcal	
sopar	Verdura Llegum	Verdura Peix blau	Pasta Peix blanc	Pasta Carn blanca	