

Escoles Menú SENSE CARN ni LLEGUM març de 2024

1

Festiu

4	5	6	7	8
<p>PURÉ DE VERDURES (sense mongetes ni pèsols)</p> <p>TRUITA A LA FRANCESA (3)</p> <p>ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, pastanaga, blat de les índies)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>MACARRONS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3)</p> <p>HOKI AL FORN AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)</p> <p>ENSALADA DE CANONGES (canonges, tomàtiga, pastanaga, iceberg, olives verdes)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>PURÉ DE CARABASSA (ceba, porro ecològic i de proximitat, carabassa, patata)</p> <p>OU BULLIT (3)</p> <p>ARRÒS BLANC</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA</p> <p>LLAMPUGA AL FORN (4)</p> <p>PEBRES I PATATA</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>SOPA DE BROU DE PEIX I VERDURES (1,2,3,4,9,14)</p> <p>TRUITA DE PATATA (3)</p> <p>ENSALADA MEDITERRÀNIA (lletuga ecològica i de proximitat, tomàtiga)</p> <p>IOGURT NATURAL (7)</p>
11	12	13	14	15
<p>TALLARINS A LA NAPOLITANA (1,3)</p> <p>MEDALLÓ DE LLUÇ AL FORN (4)</p> <p>ENSALADA GREGA (fulles de roure, orenga, olives negres, formatge tendre) (7)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>PURÉ DE VERDURES (sense mongetes ni pèsols)</p> <p>HAMBURGUESA VEGETAL (1,3,7,9)</p> <p>PATATES FREGIDES</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>ARRÒS DELÍCIOS DEL CAMP (ceba, porro ecològic, pastanaga, pebres, pèsols, xampinyons)</p> <p>TRUITA A LA FRANCESA (3)</p> <p>ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>PURÉ DE CARABASSÓ (carabassó, porros, ceba, pastanaga)</p> <p>AGUIAT D'OUS (3)</p> <p>SALSA DE VERDURES. AMB TOMÀTIGA (ceba, pastanaga, tomàtiga) I PATATA</p> <p>IOGURT NATURAL (7)</p>	<p>PATATA AMB PASTANAGA I OU (3)</p> <p>RABAS DE CALAMAR (1,3,2)</p> <p>ENSALADA PRIMAVERA (iceberg, full de roure, tomàtiga, cogombre, olives verdes)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>
18	19	20	21	22
<p>SOPA DE BROU DE VERDURES AMB FIDEVÍ (1,3)</p> <p>LLUÇ AL FORN AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)</p> <p>ENSALADA CAMPERA (iceberg, romana, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies, olives negres)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>ARRÒS 5 DELÍCIOS (pastanaga, pebres, xampinyons, blat de les índies)</p> <p>TRUITA DE PATATA AMB CEBA (3)</p> <p>ENSALADA CAPRESE (mesclum, tomàtiga, alfabaguera, orenga, olives negres, formatge tendre) (7)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>PURÉ DE VERDURES (sense mongetes ni pèsols)</p> <p>AGUIAT D'OUS AMB SALSA DE TOMÀTIGA (3)</p> <p>XAMPINYONS I PATATES</p> <p>IOGURT NATURAL (7)</p>	<p>ENSALADA DE TARDOR (lletuga ecològica i de proximitat, escarola, pastanaga, poma)</p> <p>FIDEUÀ DE VERDURES (1,3)</p> <p>(verdures variades sense pèsols)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>PURÉ DE VERDURES (sense mongetes ni pèsols)</p> <p>SALMÓ AL FORN (4)</p> <p>BRÒQUIL I PASTANAGA</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>
25	26	27	28	29
<p>ESPIRALS AMB SALSA 4 FORMATGES (1,3,7)</p> <p>TRUITA A LA FRANCESA (3)</p> <p>ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, pastanaga, blat de les índies)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>PURÉ DE PASTANAGA (pastanaga, porro ecològic i de proximitat, ceba, patata)</p> <p>RAGÚ DE TOFU (6)</p> <p>VERDURES (ceba, tomàtiga, pastanaga) I ARRÒS BLANC</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>ARRÒS AMB VERDURES (sense mongetes ni pèsols)</p> <p>BACALLÀ ARREBOSSAT (1,3,4)</p> <p>ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>Festiu</p>	<p>Festiu</p>

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Els aliments restintgits voluntàriament en aquest menú es substitueixen per aliments rics en proteïna: plats únics més quantiosos de llegums, afegint pèsols o lactis a les receptes, ou i processats aptes.