

~menú ecològic Escoles~

	MENÚ LAVÍNIA Abril 2014				
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	SETMANA SANTA				
	21	22	23	24	25
dinar	DIA DE LA MONA	- Espirals amb tomàquet - Calamars enfarinats i pastanaga - Fruita	- Cigrons guisats - Estofat de gall dindi amb verdura - logurt	- Crema de verdures - Pizza bolonyesa - Fruita	- Sopa de pasta - Fricandó de vedella - Fruita
		830 Kcal	611 Kcal	608 Kcal	779 Kcal
		Crema de verdures Truita de formatge	Pasta amb tomàquet Peix a la marinera	Pasta a la carbonara Truita de pernil dolç	Arròs amb pèsols Peix arrebossat
	28	29	30		
dinar	- Macarrons amb salsa carbonara - Lluç al forn amb tomàquet a rodanxes - Fruita	- Crema de verdures - Truita de patata amb espirals - Fruita	- Llenties guisades - Maira amb patata - logurt	FESTIU	FESTIU
	854 Kcal	731 Kcal	853 Kcal		
	Arròs amb verdures Truita a la francesa	Crema de verdures Peix arrebossat	Pasta amb verdures Calamars a l'andalusa		

Totes les **FRUITES**, les **VERDURES**, les **LLEGUMS**, els **CEREALS**, les **PASTES** i els **LÀCTICS** utilitzats en l'elaboració dels menú, prové de l'agricultura ecològica, La **VEDELLA**, el **PORC** són productes ecològics certificada per la **CCPAE** (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica)

~menú ecològic Escoles~

MENÚ LAVÍNA Maig 2014

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	5	6	7	8	9
dinar	○ Espaguetis amb verdures ○ Salmó al forn amb ceba i carbassó ○ Fruita	○ Patata i verdura ○ Fricandó de vedella amb espirals ○ Fruita	○ Arròs amb samfaina ○ Bacallà andalusa amb enciam i olives ○ Fruita	○ Sopa de pasta ○ Enfilat de gall d'indi amb ½ patata al caliu ○ Fruita	○ Cigrons estofats ○ Botifarra amb pastanaga ○ iogurt
	730 Kcal	721 Kcal	675 Kcal	683 Kcal	825 Kcal
	Crema de verdures Au al forn	Pasta amb tomàquet Trita de formatge	Patata i verdura Carn a la planxa	Pasta amb formatge Peix arrebossat	Arròs 3 delícies Trita de verdures
	12	13	14	15	16
dinar	• Arròs amb verdures • Calamars a l'andalusa amb amanida • Fruita	• Fesols estofats • Croquetes de mill amb verdura al forn • iogurt	• Crema de verdures • Pollastre al forn amb un llit de patates • Fruita	• Espirals amb tomàquet • Trita de verdures de temporada • Fruita	• Patata i verdura • Mandonguilles amb salsa d'albergínia i tomàquet • Fruita
	799 Kcal	815 Kcal	567 Kcal	651 Kcal	741 Kcal
	Patata i verdures Trita de formatge	Crema de verdures Carn amb albergínia	Arròs amb panses Peix a la planxa	Pasta amb salsa de fruits secs Peix al forn	Pasta amb pèsols Peix arrebossat
	19	20	21	22	23
dinar	❖ Arròs cremós amb carbassa ❖ Botifarra al forn amb verdura ❖ Fruita	❖ Llentíes estofades ❖ Hamburguesa de vedella amb verdura ❖ iogurt	❖ Macarrons amb salsa de tomàquet i pastanaga ❖ Salmó amb amanida ❖ Fruita	❖ Patata i verdura ❖ Estofat de gall dindi ❖ Fruita	❖ Sopa de pasta ❖ Lluç a l'andalusa ½ patata al caliu ❖ Fruita
	864 Kcal	839 Kcal	641 Kcal	656 Kcal	642Kcal
	Crema de verdures Trita xampinyons	Patata i verdures Peix al forn	Arròs 3 delícies Carn amb tomàquet	Pasta carbonara Peix arrebossat	Pasta amb tomàquet Trita de formatge
	26	27	28	29	30
dinar	➢ Tallarines amb salsa de pastanaga ➢ Bacallà a l'andalusa ➢ Fruita	➢ Crema de verdura ➢ Trita de patata amb verdures ➢ Fruita	➢ Cigrons estofats ➢ Croquetes de mill amb tomàquet al forn ➢ iogurt	➢ Patata i verdura ➢ Hamburguesa de vedella amb un grapat de pasta ➢ Fruita	➢ Arròs amb verdures ➢ Pollastre al forn amb patates ➢ Fruita
	804 Kcal	628 Kcal	742 Kcal	653 Kcal	729 Kcal
	Crema de verdures Au a la planxa	Pasta amb formatge Peix arrebossat	Patata i verdura Peix a la planxa	Arròs amb tomàquet Trita de pernil dolç	Patates i verdures Carn arrebossada

Totes les FRUITES, les VERDURES, les LLEGUMS, els CEREALS, les PASTES i els LÀCTICS utilitzats en l'elaboració dels menús, prové de l'agricultura ecològica, La VEDELLA, el PORC són productes ecològics certificada per la CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica)