

Escoles Menú SENSE CARN setembre de 2022

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, nectarina, pera, poma, plàtan, raïm.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, ceba i porros

7		8		9	
ENSALADA DE PATATA AMB TONYINA (patata, tomàtiga, pebre, orenga, tonyina) (4) □		CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)		ARRÒS DELÍCIES DEL CAMP (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols)	
TRUITA A LA FRANCESA (3)		HAMBURGUESA VEGANA (1,6)		LLENGUADO AMB SALSÀ D'ANET (4)	
ENSALADA ORIENTAL (iceberg, mesclum pastanaga, soia) (6)		PATATES ROSTIDES		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
12		13		14	
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (1,3,4)		ENSALADA VARIADA		ARRÒS 5 DELÍCIES (porros, pebre vermell, pastanaga, truita) (3)	
TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURA (amb ciurons i carabassa ecològica)		ANELLS DE LLUÇ ARREBOSSAT (1,3,4)	
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)		FRUITA DE TEMPORADA		ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
15		16			
CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga, ceba, porros, patata) (amb pastanaga ecològica)		PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES AMB OLI D'OLIVA			
HAMBURGUESA VEGANA (1,6)		OUS BULLITS (3)			
CEBA, PASTANAGA I PATATA		ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			
19		20		21	
CREMA DE CARABASSA I MONGETES (carabassa, ceba, porros, patata) amb carabassa ecològica		ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)		ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	
HAMBURGUESA VEGANA (1,6)		LLAMPUGA AL FORN (4)		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica	
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA		FRUITA DE TEMPORADA	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
22		23			
ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □		FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)			
FILET DE GALL AMB SALSÀ MARINERA (2,4,14)		TRUITA A LA FRANCESA (3)			
PASTANAGA I BRÒQUIL		ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicerol, germinats) (6)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			
26		27		28	
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (1) amb carabassa ecològica		BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □		LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	
RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)		ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, pastanaga, pèsols, ou) (3) □		TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)	
ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)		IOGURT NATURAL (7)		ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
29		30			
CREMA DE PASTANAGA (pastanaga, ceba, porros, patata) amb porros i pastanaga ecològica		ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA			
HAMBURGUESA VEGANA (1,6)		HOKI AL FORN (4)			
XAMPINYONS SALTATS		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies)			
FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA			

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