

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

Menú CONGRÉS INDIANS setembre 2020						
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
	14	15	16	17	18	
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Espirals amb salsa de tomàquet ▪ Truita de verdures amb enciam i tomàquet ▪ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Amanida d'arròs ▪ Pernilet de pollastre al curry amb enciam i pastanaga ▪ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Crema de verdura ▪ Peix al forn amb ½ patata al caliu ▪ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Cus-cús amb pastanaga ▪ Cigrons guisats ▪ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Patata amb (2)verdures ▪ Hamburguesa de vedella ketchup casolà amb enciam i remolatxa ▪ Iogurt 	
sopar	Verdura Carn	Llegum Peix	Pasta Ou	Verdura Carn	Pasta Peix	
	21	22	23	24	25	
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ○ Gaspaxo ○ Paella de quinoa i hortalisses ○ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Espaguetis amb tomàquet ○ Milanesa de gall dindi amb tomàquet ○ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Llenties a la vinagreta ○ Peix fresc amb enciam i cogombre ○ Fruita 	FESTA DE LA MERCÈ		<ul style="list-style-type: none"> ○ Crema de verdura ○ Croquetes d'arròs i cigrons amb amanit de pebrot i ceba tendra ○ Iogurt
sopar	Verdura Carn	Verdura Peix	Pasta Carn		Pasta Carn	
	28	29	30			
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Cous-cous de verdures ▪ Truita de verdures de temporada amb enciam i cogombre ▪ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Arròs amb sèsam i cúrcuma ▪ Empedrat de mongetes ▪ Iogurt 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Crema freda de carbassó amb menta ▪ Pollastre amb salsa de pastanaga i fajol ▪ Fruita 			
sopar	Verdura Carn	Verdura Ou	Pasta Peix			

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