

LL.I.M. ELS FESOLETS - MALGRAT DE MAR

MENÚ INTRODUCCIÓ TRITURAT I SEMITRITURAT

6- 12 MESOS



MARÇ

CURS 2023-2024

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 · Mill, nap, xirivia, porro, fonoll, carbassa · Peix (lluç) · Fruita del temps
4 · Carbassa, ceba i patates · Ou · logurt Natural (sense sucre)	5 · Bròquil, coliflor i patata · Cigrons · Fruita del temps	6 · Polenta, nap, carbassa, xirivia, porro, api, fonoll · Vedella · Fruita del temps	7 · Carbassa, pastanaga, ceba · Peix (bacallà) · Fruita del temps	8 · Mill, carbassa, coliflor i patates · Llenties · Fruita del temps
11 · Crema de carbassa i porro · Llenties · logurt Natural (sense sucre)	12 · Polenta, ceba, porro, pastanaga · Ou · Fruita del temps	13 · Arròs, ceba i tomaquet · Peix (lluç) · Fruita del temps	14 · Mill, nap, xirivia, col, fonoll, carbassa · Mongetes del carai · Fruita del temps	15 · Col, patata, coliflor · Pollastre · Fruita del temps
18 · Crema de verdures d'hivern (carbassa, coliflor, porro, ceba, all) · Gall dindi* · logurt Natural (sense sucre)	19 · Mill, remolatxa, carbassa i tomàquet · Ou · Fruita del temps	20 · Carbassa, moniato, pastanaga, ceba · Llenties · Fruita del temps	21 · Arròs, pastanaga, bròquil i olives · Peix (bacallà) · Fruita del temps	22 · Polenta, nap, porro, api, fonoll, xirivia, carbassa · Cigrons · Fruita del temps
VACANCES DE SETMANA SANTA				

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 000781

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un *. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a www.ecomenja.com. A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. **El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana, preparació i guarnició a www.ecomenja.com.

*** les hamburgueses, vegenugets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tofu.

** Les hamburgueses de vedella estan elaborades a la nostra pròpia cuina amb un 100% de carn de vedella magra.