

Escola Xirinacs

B.Vegetarià RPX

Desembre

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

2

Arròs int.saltat a/verdures Esc

Fingers de mozzarella amb enciam

Fruita i pa integral

3

Crema moniato Esc

Tofu amb salsa tomàquet

Fruita i pa integral

4

Sopa verdures s/carn Esc

Carn d'olla Vegetal

logurt ECO i pa integral

5

Mongetes b. estofades Esc

Truita de formatge amb enciam i pastanaga

Fruita i pa integral



9

Mongetes verdes i patata

Llenties estofades

Fruita i pa integral

10

Cigrons amb carbassa Esc

Truita francesa amb enciam i blat de moro

Fruita i pa integral

11

Arròs integral amb tomàquet

Nuggets de bròquil amb enciam i pastanaga

logurt ECO i pa integral

12

Espaguetis al pesto rosso

Tofu arrebossat amb enciam i olives

Fruita i pa integral

13

Crema carbassó Esc

Canelons d'espinacs

Fruita i pa integral

16

Arròs integral tres delícies Esc

Seitán a/tomàquet

Fruita i pa integral

17

Tricolor de verdures

Cigrons a/tomàquet

Fruita i pa integral

18

Llenties estofades

Truita de carbassó amb enciam i pastanaga

logurt ECO i pa integral

19

Crema verdures Esc

Macarrons bolonyesa vegetal

Fruita i pa integral

20

Sopa verdures s/carn Esc

Tofu a la catalana

Natilles i neules



LA FRUITA SERÀ DE TEMPORADA I DE PRÒXIMITAT

Els nostres menús estan supervisats per dietistes - nutricionistes col·legiats (Núm. CAT000874 i Núm. CAT001899) i corresponen a les recomanacions de la Generalitat de Catalunya per a una alimentació saludable des de la primera infància. Els nostres menús estan elaborats amb oli d'oliva i amb aliments de proximitat. En el cas dels llegums, arròs i pasta, a més, són de producció ecològica certificats pel CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica).

Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral. Els al·lèrgens es troben indicats a les fitxes tècniques.

RSPAC: 26.06772/CAT - RGSEAA: 26.12608/B