

Escola Xirinacs

B.Vegetarià RPX

Gener

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

		8 Arròs integral amb tomàquet Truitada de carbassó amb enciam i blat de moro logurt ECO i pa integral	9 Tricolor de verdures Llenties estofades Fruita i pa integral	10 Pasta saltada a/verdures Tofu amb salsa tomàquet Fruita i pa integral
13 Mongetes verdes i patata Seitán a/verdures Fruita i pa integral	14 Arròs int.saltat a/verdures Esc Mandong. veggio a/salsa tomàquet Fruita i pa integral	15 Crema moniato Esc Tofu arrebossat amb pastanaga i olives logurt ECO i pa integral	16 Cigrons estofats Esc Truitada francesa amb tomàquet i olives Fruita i pa integral	17 Espaguetis a/pesto d'espinacs Crema pèsols Fruita i pa integral
20 Minestra de verdures Tofu amb salsa tomàquet Fruita i pa integral	21 Sopa verdures s/carn Esc Fingers de mozzarella amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral	22 Llenties estofades Arròs saltat amb olives amb tomàquet natural logurt ECO i pa integral	23 Arròs int a/xampis,pastna,ceba Crema de cigrons Esc Fruita i pa integral	24 Crema carbassó Esc Ous moll a/beixamel amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral
27 Macarrons a la napolitana Tofu arrebossat Fruita i pa integral	28 Arròs integral tres delícies Esc Crema mongetes blanques Fruita i pa integral	29 Pèsols a/tomàquet i ceba Truitada de patata i ceba amb enciam i pastanaga logurt ECO i pa integral	30 Sopa verdures s/carn Esc Seitán a l'allet amb escarola Fruita i pa integral	31 Crema carbassa Esc Espirals bolonyesa vegetal Fruita i pa integral

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 lactes 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