

Santa Marta T2

E.Vegetarià

Octubre

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
	1 Tricolor de verdures Croquetes de bolets amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral	2 Pasta saltada a/verdures Quinoa a/xampis,pebrot,ceba logurt ECO i pa integral	3 Mongetes b. estofades Esc Truita francesa amb enciam i pastanaga Fruita i pa integral	4 Crema carbassó Esc Nuggets de bròquil amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral
7 Macarrons a la napolitana Ous durs amb enciam i pastanaga Fruita i pa integral	8 Arròs tres delícies Esc Mongetes b. a/tomàquet Fruita i pa integral	9 Llenties estofades Truita de formatge amb enciam logurt ECO i pa integral	10 Mongetes verdes i patata Tofu arrebossat amb enciam i olives Fruita i pa integral	11 Sopa verdures s/carn Esc Croquetes de bolets amb enciam Fruita i pa integral
14 Arròs amb tomàquet Truita francesa amb enciam i pastanaga Fruita i pa integral	15 Cigrons estofats Esc Nuggets de bròquil amb enciam i olives Fruita i pa integral	16 Espaguetis a/pesto d'espínacs Tofu amb salsa tomàquet logurt ECO i pa integral	17 Bròquil gratinat Quinoa saltada a/samfaina Fruita i pa integral	18 Crema pastanaga Esc Fingers de mozzarella amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral
21 Arròs saltat a/verdures Hamburguesa veggie amb enciam Fruita i pa integral	22 Sopa verdures s/carn Esc Truita de carbassó amb tomàquet natural Fruita i pa integral	23 Crema verdures Esc Tofu arrebossat amb enciam i olives logurt ECO i pa integral	24 Llenties estofades Patata, pastanaga i ceba amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	25 Tricolor de verdures Truita de patates amb enciam Fruita i pa integral
28 Espaguetis al pesto rosso Truita de patates amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral	29 Crema pèsols Seitán a/tomàquet Fruita i pa integral	30 Arròs amb carbassa i ceba Cigrons estofats Esc logurt ECO 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