

CEIP					Menú SENSE CARN mes de març de 2022				
1		2		3		4			
<b>FESTIU</b>		MACARRONS INTEGRALS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA (1,3)		ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols)		SOPA DE BROU DE VERDURES (1,3)			
		TRUITA A LA FRANCESA (3)		LLUÇ AL FORN AMB PISTO (4)		BULLIT DE CIURONS AMB PEBRE DOLÇ			
		ENSALADA GREGA (fulles de roure, iceberg, olives negres, orenga, formatge tendre) (7)		ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies, olives negres)		MONGETES, PASTANAGA, COL I PATATA			
		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)			
7		8		9		10		11	
ARRÒS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA		CUINAT DE MONGETES AMB COL		ESPAGUETIS INTEGRALS AMB SALSAS DE PEBRE I TONYINA (1,3,4)		PURÉ DE PASTANAGÓ (pastanagó, ceba, porros, patata) I LLENTIES (1)		ENSALADA CESAR (1,4,7)	
TRUITA DE CARABASSÓ I PATATA (3)		LLENGUADO AMB SALSAS D'ANET (4,7)		<b>HAMBURGUESA VEGETAL (1,6)</b>		<b>CUSCÚS AMB VERDURES (porros, pebre vermell, pèsols) (1)</b>		<b>MACARRONS INTEGRALS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA I CIURONS SALTATS (1,3)</b>	
ENSALADA D'HIVERN (iceberg, mesclum, taronja, poma)		MONGETES TENDRES I PASTANAGA AL VAPOR		ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA					
14		15		16		17		18	
SOPA DE BROU DE PEIX (1,2,3,4)		ARRÒS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA		TOMÀTIGA CICEROL, BRÒQUIL I SÈSAM (11)		TALLARINS AL PESTO (1,3,7,8)		PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA	
TRUITA DE PATATA I CEBAS (3)		LLUÇ AL FORN AMB PICADA (4)		<b>CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES I PATATA</b>		FILET DE GALL AL FORN A LA LLIMONA (4)		<b>CROQUETES VEGETALS (1,6)</b>	
ENSALADA 4 ESTACIONS (mesclum, iceberg, tomàtiga, pastanaga i remolatxa)		MINESTRA DE VERDURES		FRUITA DE TEMPORADA		ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga, tonyina) (4)		ARRÒS BULLIT	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA				FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)	
21		22		23		24		25	
ESPIRALS DE PASTA GRATINADES (1,3,7)		CUINAT DE MONGETES PINTES AMB VERDURES		<b>ARRÒS DELÍCIOS DE VERDURES (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols)</b>		SOPA DE BROU DE VERDURES (1,3)		PURÉ DE CARABASSA (carabassa, ceba, porros, patata) I LLENTIES (1)	
RABAS DE CALAMAR (1,3,4,14)		<b>HAMBURGUESA VEGETAL (1,6)</b>		TRUITA DE CARABASSÓ I PATATA (3)		<b>ESTOFAT DE TOFU (6)</b>		<b>GREIXERA D'OU (3)</b>	
ENSALADA ORIENTAL (lletuga, pebre vermell, taronja i soja) (6)		PATATES AL FORN		ENSALADA CAMPERA (lletuga, iceberg, ceba morada, blat de les índies i tomàtiga cicero)		<b>AMB PATATA, PASTANAGA, PÈSOLS</b>		<b>SALSAS DE TOMÀTIGA (ceba, pebres, all, salsa de tomàtiga)</b>	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
28		29		30		31			
MACARRONS INTEGRALS AMB SALSAS DE TOMÀTIGA (1,3)		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)		ARRÒS DELÍCIOS DE LA MAR (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols i gamba) (2,14)		PURÉ DE PORROS (porros, patata, carabassó)			
<b>CROQUETES VEGETALS (1,6)</b>		LLOM DE LLUÇ A LA MARINERA (2,4,14)		TRUITA A LA FRANCESA (3)		<b>AGUIAT DE TOFU (6)</b>			
ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, olives negres, blat de les índies)		TOMÀTIGA CICEROL, BRÒQUIL I SÈSAM (11)		ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		<b>SALSAS DE VERDURES (ceba, pastanaga, tomàtiga, pèsols) I PATATA</b>			
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA			

**Llegenda d'al·lèrgens presents:**

1: Gluten 2: Crustacis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauet 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscs