



Alimentació Escolar Saludable

DIETA SENSE CARN

FEBRER 2020

CIBUS

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
3 VERDURA DE TEMPORADA TRES COLORS PEIX BLANC DE TEMPORADA AL FORN AMB VERDURES 1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	4 SALTAT DE LLENTIES I QUINOA (sense carn ni derivats) TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM, API I BLAT DE MORO IOGURT NATURAL/ 2 PA	5 ARRÒS ECOLÒGIC AMB SALSAS DE TOMÀQUET LLUÇ AL FORN AMB CARBASSÓ I PASTANAGA 1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	6 BLEDES FRESQUES AMB PATATES HAMBURGUESA VEGETAL (sense carn ni derivats) AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE 1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	7 ESPIRALS ECOLÒGICS AMB VERDURETES (pastanaga, ceba i pebrot) (sense carn ni derivats) OU DUR AMB VERDURES PATATES (tallades a "tacos") (sense carn ni derivats) 1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA
10 CREMA DE PÈSOLS AMB CROSTONS DE PA (sense carn ni derivats) MANDONGUILLES VEGETALS (sense carn ni derivats) AMB AMANIDA TRES COLORS (sense carn ni derivats) 1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	11 MONGETA TENDRA AMB PATATES PEIX BLANC DE TEMPORADA AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I COL LLOMBARDA 1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	12 ESPAGUETIS ECOLÒGICS AMB SALSAS DE TOMÀQUET I FORMATGE TRUITA D'ESPINACS AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES 1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	13 LLENTIES DE PROXIMITAT ESTOFADES (sense carn ni derivats) HAMBURGUESA VEGETAL (sense carn ni derivats) AMB ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES IOGURT NATURAL/ 2 PA	14 SOPA DE VERDURES AMB ARRÒS ECOLÒGIC (sense carn ni derivats) FILET DE RAP AMB ALBERGÍNIA ARREBOSSADA 1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA
17 MACARRONS ECOLÒGICS AMB TOMÀQUET I XAMPINYONS (sense carn ni derivats) HAMBURGUESA DE LLENTIES (sense carn ni derivats) AMB ENCIAM, TOMÀQUET I FORMATGE 1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	18 ARRÒS ECOLÒGIC AMB VERDURES (sense carn ni derivats) LLUÇ AMB SALSAS BASCA OU DUR I PÈSOLS IOGURT NATURAL/ 2 PA	19 SOPA VEGETAL AMB VERDURES (sense carn ni derivats) HAMBURGUESA VEGETAL (sense carn ni derivats) AMB ENCIAM TRES COLORS 1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	20 MEZCLUM DE LLEGUMS DE PROXIMITAT AMB VERDURES (sense carn ni derivats) TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM, SOJA I OLIVES 1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	21 CREMA DE VERDURES FRESQUES DE TEMPORADA (sense carn ni derivats) PEIX BLANC DE TEMPORADA AL FORN AMB PATATES I PASTANAGA 1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA
24 CIGRONS DE PROXIMITAT ESTOFATS AMB COL I PASTANAGA (sense carn ni derivats) TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES 1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	25 SOPA MINISTRONE AMB PASTA (sense carn ni derivats) PEIX BLANC DE TEMPORADA AMB VERDURES 1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	26 ESTOFAT DE PATATES AMB CARXOFES I CLOÏSSES BACALLÀ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I BLAT DE MORO 1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	27 ARRÒS A LA CASSOLA (sense carn ni derivats) HAMBURGUESA VEGETAL (sense carn ni derivats) AMB SALTAT DE LLENTIES AMB VERDURETES IOGURT NATURAL/ 2 PA	28 RIGATONI AMB SALSAS DE TOMÀQUET I FORMATGE TRUITA JARDINERA AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA 1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA



ALIMENT CONVIDAT DEL MES:
LLENTIES

LLEGGENDA

1 FRUITA I VERDURA DE TEMPORADA

2 PA BLANC I PA INTEGRAL

MENÚ SENSE CARN BLANCA, VERMELLA NI DERIVATS (porc, vedella, gall dindi, pollastre, pernil, conill...)

LLEGGENDA

LA PERSONA RESPONSABLE DE L'ELABORACIÓ DELS PLATS HA DE VERIFICAR QUE ELS MENÚS D'AL·LÈRGIES I INTOLÈRANCIES ALIMENTÀRIES NO CONTENEN CAP PRODUCTE PRECUINAT, CONDIMENTAT, ARREBOSSAT COMERCIAL O QUALSEVOL ALTRE QUE PUGUI CONTENIR ELS AL·LÈRGENS I/O ALIMENTS NO PERMESOS