



llar d'infants la bòbila - novembre 2020 - basal eb baix empordà

| | | | | | | | | | | |
|----------|------------|---|-----------|--|-----------|---|-----------|--|-----------|---|
| 1 | dll | 2 Espaguetis integrals italiana (salsa tomata natural) Llom de lluç planxa Enciam, pastanaga i olives verdes Fruita | dm | 3 Arròs eco amb verdures (carbassó, bolets i pastanaga) Truita de formatge Enciam, tomata, olives verdes Fruita ecològica | dc | 4 Crema de llegums eco (mongeta seca, patata, pastanaga i ceba) Estofat de vedella (amb xampinyons) Enciam, blat de moro i soja Pa integral i fruita | dj | 5 Patata, pèsol i pastanaga bullits Pollastre rostit Enciam, tomata i pastanaga ecològics logurt cooperativa | dv | 6 Cigrons eco, patata i col bullits Bacallà amb samfaina eco (ceba, pebrot, carbassó, alberginia i tomata) Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres Pa integral i fruita eco |
| 2 | dll | 9 Crema moniato i pastanaga eco Mandonguilles vilanova amb sípia Enciam, blat de moro i soja Fruita | dm | 10 Llenties eco guisades amb quinoa (patata, pastanaga i pèsol) Bunyols de bacallà Enciam, tomata, olives verdes logurt natural ecològic | dc | 11 Arròs bullit eco amb salsa tomata r Truita de carbassó eco Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres Pa integral i fruita | dj | 12 Patata mongeta i bròquil eco Filet de lluç forn Enciam, tomata i pastanaga ecològics Fruita | dv | 13 Sopa de pasta (brou carn natural i pistons) Pernilets pollastre al forn (amb patates fregides) Enciam, pastanaga i blat de moro Pa integral i fruita eco |
| 3 | dll | 16 Patata, mongeta, pastanaga bullits Pit de pollastre arrebossat Enciam, pastanaga i olives verdes Fruita | dm | 17 Fesolets eco guisats amb verdures Truita d'espinacs eco Enciam, blat de moro i soja Fruita ecològica | dc | 18 Arròs eco quatre gustos (pastanaga, pèsol, blat de moro) Filet de lluç forn Enciam, tomata, olives verdes Pa integral i fruita | dj | 19 Macarrons eco amb tomata Hamburguesa vedella planxa Enciam, tomata i pastanaga ecològics Crema xoco cooperativa | dv | 20 Crema carbassa eco Pit de gall dindi a la planxa Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres Pa integral i fruita eco |
| 4 | dll | 23 Tallarines eco carbonara (llet, bacon, ceba i formatge) Lluç a la romana Enciam, pastanaga i blat de moro Fruita | dm | 24 Crema de pastanaga eco Cap de llom rostit (amb xampinyons) Enciam, tomata, olives verdes logurt natural | dc | 25 Patata mongeta i carbassó vapor Pollastre al forn Enciam, blat de moro i soja Pa integral i fruita | dj | 26 Arròs integral amb tomata (salsa tomata natural) Hamburguesa vegetal (soja i verdures) Enciam, tomata i pastanaga ecològics Fruita | dv | 27 Mongeta seca eco a/verdures Ous al forn Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres Pa integral i fruita eco |
| 5 | dll | 30 Arròs eco amb verdures (carbassó, bolets i pastanaga) Llom de lluç planxa Enciam, tomata, olives verdes Fruita ecològica | dm | | dc | | dj | | dv | |