

Totes les FRUITES, les VERDURES, els LLEGUMS, les PASTES i els LÀCTICS utilitzats en l'elaboració dels menús, provenen de l'agricultura ecològica, la VEDELLA és un producte ecològic certificat per la CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica).

Menü ARC IRIS no peix maig 2024					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				2	3
dinar				<ul style="list-style-type: none"> <li>Fideuà de verdures</li> <li>Truita de verdures amb enciam i pastanaga</li> <li>Iogurt natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mongeta seca guisada</li> <li>Estofat de vedella amb enciam i remolatxa</li> <li>Fruita</li> </ul>
				732 Kcal	711Kcal
	6	7	8	9	10
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida de lleties (pebrot verd, vermell i tomàquet)</li> <li>Truita de patata amb enciam i tomàquet</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Espaguetis integrals amb salsa de salsa bolonyesa formatge ratllat</li> <li>Cigrons estofats</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de carbassa (patata, ceba i porro)</li> <li>Estofat de llom amb pèsols</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i bledes</li> <li>Aletes de pollastre al forn amb enciam i blat de moro</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida d'arròs integral (pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives)</li> <li>Mongeta blanca saltejada amb all i julivert</li> <li>Iogurt natural</li> </ul>
	621 Kcal	641Kcal	673Kcal	732 Kcal	711Kcal
	13	14	15	16	17
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de porro</li> <li>Enfilat de gall dindi amb enciam i pastanaga</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrons amb verdures</li> <li>Lleties estofades</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs integral caldós amb verdura</li> <li>Croquetes de cigrons amb enciam remolatxa</li> <li>Iogurt natural</li> </ul>	<p><b>DIA INTERNACIONAL CELIAQUIA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i col</li> <li>Pollastre al forn amb enciam i tomàquet pa s/g</li> <li>Fruita</li> </ul>	<p><b>LLIURE DISPOSICIÓN</b></p>
	700 Kcal	721 Kcal	675 Kcal		
	20	21	22	23	24
dinar	<p><b>FESTA LOCAL</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs integral amb salsa de carbassa</li> <li>Lleties estofades</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida de pasta (pastanaga, blat de moro i tomàquet)</li> <li>Truita de patata i verdura amb enciam i pastanaga</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de colirave i pastanaga</li> <li>Hamburguesa de vedella amb enciam i olives</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Empedrat de mongeta seca (tomàquet, ceba i olives negres)</li> <li>Espaguetis amb verdures</li> <li>Iogurt natural</li> </ul>
		745 Kcal	745 Kcal	705 Kcal	784 Kcal
	27	28	29	30	31
dinar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida d'arròs integral (pastanaga, pebrot vermell, tomàquet i pèsols)</li> <li>Truita de patata amb ceba amb enciam i tomàquet</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida verda (pastanaga, tomàquet, cogombre, olives i blat de moro)</li> <li>Lleties guisades amb verdures i xoriço</li> <li>Iogurt natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de carbassó</li> <li>Macarrons amb bolonyesa de soja</li> <li>Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata i bledes</li> <li>Filet de pollastre al forn amb enciam i cogombre</li> <li>Fruita</li> </ul>	<p><b>TASTET DEL MON</b></p>
	759 Kcal	760 Kcal	720 Kcal	721 Kcal	633 Kcal