

Menús febrero 2023



ECO	30	ECO	31	1	2	ECO	3	sin carne	
	coditos bio con salsa pesto de espinacas	judías verdes con guisantes bio		col con patata		arroz con salsa de tomate	sopa vegetal de hortalizas y letras bio		
	albóndigas de "La Garrotxa" con zanahorias especiadas	filete de pollo con salsa de zanahoria con arroz integral		judías blancas con costilla de cerdo		pescado del día según mercado (merluza, salmón o bacalao) con alcachofas salteadas	tortilla de patata y cebolla con berenjena al horno		
	ensalada variada fruta	ensalada variada queso		ensalada variada fruta		ensalada variada fruta	ensalada variada yogur		
ECO	6	ECO	7	8	ECO	9	ECO	10	sin carne
	menestra de verduras	crema de brócoli y puerro		patata al gratín		rossejat de fideus bio	garbanzos bio estofados		
	botifarra del país con patatas fritas	jamoncitos de pollo al horno con hierbas provenzales con arroz bio especiado		estofado de ternera con manzana al horno		pescado del día según mercado (merluza, salmón o bacalao) con ratatouille	pizza margarita con raíces salteadas (nabo, chirivía y zanahoria)		
	ensalada variada queso	ensalada variada fruta		ensalada variada fruta		ensalada variada yogur	ensalada variada fruta		
ECO	13	ECO	14	15	16	ECO	17	sin carne	
	judías verdes salteadas	espirales bio con salsa de queso y coliflor		berenjenas con ratatouille		patatas con salsa brava	lentejas bio estofadas con verduras		
	fricandó de ternera de "La Garrotxa" con cous cous integral bio	contramuslo de pollo a la plancha con calabacín al horno		lomo asado con hierbas con guisantes salteados		pescado del día según mercado (merluza, salmón o bacalao) con pimiento italiano	tortilla francesa con arroz criollo		
	ensalada variada fruta	ensalada variada donut 		ensalada variada fruta		ensalada variada fruta	ensalada variada queso		