

Menu février 2023



ECO	30	ECO	31	1	2	ECO	3 sin carne
	Pâtes BIO avec sauce pesto aux épinards	Haricots verts et petits pois bio	Chou avec pomme de terre	Riz à la sauce tomate	Soupe de légumes avec pâtes BIO		
	Boulettes de viande "La Garrotxa" aux carottes épicées	Filet de poulet avec sauce aux carottes et riz complet	Haricots blancs et côte de porc	Poisson du jour selon le marché (merlu, saumon ou morue) avec sauté d'artichauts	Omelette aux pommes de terre et oignons avec aubergine au four		
	Salade composée Fruit	Salade composée Fromage	Salade composée Fruit	Salade composée Fruit	Salade composée Yaourt		
ECO	6	ECO	7	8	ECO	9	ECO 1 sin carne
	Jardinière de légumes	Crème de brocoli et poireaux	Gratin dauphinois	Fideua bio	Pois chiches bio		
	Saucisse du pays avec frites	Cuisses de poulet au four aux herbes de Provence avec riz aux épices bio	Ragoût de boeuf et pommes au four	Poisson du jour selon le marché (merlu, saumon ou morue) avec ratatouille	Pizza Margherita et sautées de navet, panais et carotte		
	Salade composée Fromage	Salade composée Fruit	Salade composée Fruit	Salade composée Yaourt	Salade composée Fruit		
ECO	13	ECO	14	15	16	ECO	17 sin carne
	Haricots verts sautés	Pâtes bio avec sauce au fromage et chou-fleur	Aubergine à la ratatouille	Pommes de terre frites sauce brava	lentilles mijotées bio aux légumes		
	Fricandó de veau de "La Garrotxa" avec couscous complet bio	Cuisse de poulet grillée avec courgettes au four	Filet de porc rôti aux fines herbes avec pois sautés	poisson du jour selon le marché (merlu, saumon ou cabillaud) au poivre italien	Omelette et riz		
	Salade composée Fruit	Salade composée Donut 	Salade composée Fruit	Salade composée Fruit	Salade composée Fromage		