

## MENÚ BASAL

DESEMBRE

CURS 2016-2017

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
28	29	30	1	2
			<ul style="list-style-type: none"> <li>· Cigrons guisats amb verdures</li> <li>· Escalopa de pollastre amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassa i porro amb crostonets</li> <li>· Lluç al forn amb ceba i patata</li> <li>· logurt</li> </ul>
5	6	7	8	9
<b>F E S T A</b>	<b>F E S T A</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral a la cassola amb verdures</li> <li>· Salsitxes amb salsa de tomàquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<b>F E S T A</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Espaguetis marcianos</li> <li>· Pollastre guisat amb ceba i porro</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
12	13	14	15	16
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons napolitana</li> <li>· Truita de calçots i amanida d'enciams i sèsam</li> <li>· logurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures d'hivern amb crostonets</li> <li>· Hamburguesa de vedella amb xips de moniato</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs 3 delícies</li> <li>· Marmitako del bonítol</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Trinxat de col i patata amb oli d'all</li> <li>· Lassanya de lleties i arròs integral amb beixamel</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de peix amb arròs</li> <li>· Carn magra arrebossada amb amanida d'enciams, panses i poma</li> <li>· logurt</li> </ul>
19	20	21	22	23
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Trinxat de bleda, carbassa i patata</li> <li>· Fricandó de vedella amb pastanaga</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Mongeta del carai amb verdures</li> <li>· Truita de patates amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs amb salsa de tomàquet</li> <li>· Maires arrebossades amb amanida d'enciams i remolatxa</li> <li>· logurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de Nadal amb galets</li> <li>· Canelons de pollastre, porc i vedella gratinats amb beixamel</li> <li>· Torrons</li> </ul>	23
26	27	28	29	30
<b>VACANCES DE NADAL</b>				

Tots els plats estan elaborats pels cuiners del centre, Xavi i Àlex, a partir d'ingredients frescos, ecològics de proximitat i de temporada

Les amanides es fan amb enciams variats i altres ingredients segons temporada: cogombre, tomàquet, olives, pastanaga, remolatxa, pipes de girasol, sèsam torrat, llavors de lli i germinats.

Menús elaborats i revisats per Joan Maria Ribas Framis i Gabor Smit (AEDN: 2303)