



**FEBRERO**

**CURSO 2016-2017**

**S/HUEVO**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	SÁBADO
			1	2
		<ul style="list-style-type: none"> <li>· Lentejas estofadas con verduras</li> <li>· Lomo a la plancha con ensalada de lechugas y sésamo tostado</li> <li>· Yogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Gratinado de acelga calabaza y patata</li> <li>· Empanada de atún con ensalada de lechugas y aceitunas</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	<p><b>FIESTA DE LIBRE DISPOSICION</b></p>
			8	9
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Espaguetis a la napolitana</li> <li>· Hamburguesa de ternera s/huevo con queso y cebolla caramelizada</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Alubias del ganxet con patata</li> <li>· Escalopa de pollo s/huevo con ensalada de lechugas y aguacate</li> <li>· Yogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verduras de invierno con picatostes</li> <li>· Lomo rustido en salsa con puré de patata</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arroz a la milanesa con jamón y costilla</li> <li>· Bacalao al horno con cebolla y tomate</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Escudella completa Sopa de pasta</li> <li>· "Pilota" s/huevo, verduras y garbanzos</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>
			15	16
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Pastel de patata con tomate y atún gratinado</li> <li>· Carne magra rebozada s/huevo con ensalada de lechugas y pasas</li> <li>· Yogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arroz integral con verduras</li> <li>· Fricandó de ternera con champiñones y zanahoria</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrones carbonara s/huevo</li> <li>· Merluza al horno con cebolla y patata</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Garbanzos guisados con verduras</li> <li>· Pollo al curry con manzana</li> <li>· Macedonia de frutas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· "Trinxat" de col y patata con pipas tostadas de girasol</li> <li>· Lasaña de carnes gratinada con bechamel</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>
			22	23
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Lentejas estofadas con chorizo</li> <li>· Brochetas de pollo, sesamo y salsa teriyaki</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Espaguetis boloñesa</li> <li>· Mairas rebozadas s/huevo con ensalada de lechugas y pipas de calabaza</li> <li>· Yogurt con miel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Bròcoli, coliflor y patata gratinados con bechamel</li> <li>· Bistec de ternera con ensalada de lechugas y zanahoria</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	<p><b>Jueves Lardero</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Arroz con tomate</li> <li>· Butifarra al plancha con patatas fritas</li> <li>· Yogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de calabaza y puerros con crujiente de kikos</li> <li>· Pizza con tomate, jamón dulce y mozzarella</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>
			27	28
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Fideos a la cazuela con verduras</li> <li>· Estofado de pavo con patata y zanahoria</li> <li>· Queso con membrillo y nueces</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de pescado con arroz</li> <li>· Salchichas con tomate y ensalada de lechugas con aceitunas</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>			

Todos los platos están elaborados por los cocineros del centro a partir de ingredientes frescos, ecológicos de proximidad y de temporada a excepción de la ternera y el pollo teriyaki. Las ensaladas se hacen con lechugas variadas y otros ingredientes según la temporada: pepino, tomate, aceitunas, zanahoria, remolacha, pipas de girasol, sésamo, germinados...

**Menús elaborats i revisats per Joan Maria Ribas Framis i Gabor Smit (ADITEC: 0009)**