

ENERO

CURSO 2016-2017

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9 · Macarrones napolitana de atún · Hamburguesa de ternera con ensalada de lechugas y aceitunas · Yogurt	10 · Crema de calabaza y puerro con picatostes · Lomo rustido en salsa · Fruta del tiempo	11 · Lentejas guisadas con verduras y chorizo · Tortilla de patatas con ensalada de lechugas y zanahoria · Fruta del tiempo	12 · Arroz con tomate · Mairas rebozadas con ensalada de lechugas y sésamo tostado · Fruta del tiempo	13 · "Trinxat" de col y patata con aceite de ajo · Brochetas de pollo, sésamo y salsa teriyaki con ensalada · Bizcocho de yogurt
16 · Sopa de fideos · Pizza con napolitana con tomate, orégano, jamón dulce y mozzarella · Yogurt	17 · Garbanzos estofados con verduras · Escalopa de pollo rebozada con ensalada de lechugas y germinados · Fruta del tiempo	18 · Crema de verduras de invierno con picatostes · Fricandó de ternera con zanahoria y patata · Yogurt	19 · Espaguetis carbonara · Bacalao con tomate · Fruta del tiempo	20 · Arroz integral a la cazuela con verduras · Albóndigas en salsa · Fruta del tiempo
23 · Brócoli, coliflor y patata gratinados con bechamel · Butifarra al horno con ensalada de lechugas y remolacha · Fruta del tiempo	24 · Arroz 3 delicias · Merluza al horno con cebolla y patata · Yogurt	25 · Macarrones napolitana Bistec de ternera a la plancha con patatas chips · Fruta del tiempo	26 Escudella completa · Sopa de pasta · "Pilota", verduras y garbanzos · Fruta del tiempo	27 · Alubias del ganxet guisadas con verduras · Croquetas de pollo con ensalada de lechugas y aceitunas · Fruta del tiempo
30 · Arroz integral con sepia · Carne magra rebozada con ensalada de lechugas, pasas y nabo rallado · Queso con membrillo	31 · Crema de calabaza y puerro con pipas de calabaza crujientes · Timbal de carnes con salsa de manzana · Fruta del tiempo	1	2	3

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.

Las ensaladas se hacen con lechugas diversas y otros ingredientes según la temporada: pepino, tomate, aceitunas, zanahoria, remolacha, pipas de girasol, sésamo tostado, semillas de lino y germinados.

Menús elaborados y revisados por Joan Maria Ribas Framis y Gabor Smit (AEDN: 2303)