

ABRIL

CURS 2016-2017

S/LACTOSA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Hamburguesa de vedella s/lactosa amb amanida d'enciams i pipes de girasol · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons napolitana · Truita d'espínacs s/lactosa amb amanida d'enciams i olives · logurt de soja 	5 <ul style="list-style-type: none"> · Hummus amb bastonets de pa i pastanaga · Seità guisat amb pastanaga i tomàquet · Fruita del temps 	6 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de galets · Maires arrebossades i amanida d'enciams i pastanaga · logurt de soja 	7 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures amb crostonets · Lassanya de carns gratinada amb pa i beixamel amb llet de civada · Fruita del temps
10 VANCANCES DE SETMANA SANTA	11 VANCANCES DE SETMANA SANTA	12 VANCANCES DE SETMANA SANTA	13 VANCANCES DE SETMANA SANTA	14 VANCANCES DE SETMANA SANTA
17 VANCANCES DE SETMANA SANTA	18 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb tomàquet · Truita de patates s/lactosa amb amanida d'enciams i pastanaga · logurt de soja 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Pollastre al curri amb poma · Fruita del temps 	20 <ul style="list-style-type: none"> · Trinxat col i patata amb oli d'all · Escalopa de vedella amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	21 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis carbonara vegetal amb llet de civada · Bacallà al forn amb ceba tomàquet · Fruita del temps
24 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies amb truita s/lactosa · Barretes de tofu i verdures al forn amb amanida d'enciams i germinats · logurt de soja 	25 <ul style="list-style-type: none"> · Escudella completa sopa de galets · Pilota s/lactosa, verdures i cigrons · Fruita del temps 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Llenties guisades amb ceba i patata · Llom a la planxa amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de bleda, pastanaga i patata gratinat amb pa · Fricandó de vedella amb xampinyons · logurt de soja amb mel 	28 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Croquetes de lluç s/lactosa amb amanida d'enciams i sèsam torrat · Fruita del temps

Tots els plats estan elaborats per l'equip de cuina del centre, Àlex, Adelina i Mireia, a partir d'ingredients frescos, ecològics, de proximitat i de temporada. Les amanides es fan amb enciams variats i altres ingredients segons temporada: cogombre, tomaquet, 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 (ADITEC: 0009)