



JUNIO

CURSO 2016-2017

OVO-LACTO-PISCI-VEGETARIANO

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de pasta con aceitunas, tomate, zanahoria y aceite de Merluza al horno con patata y cebolla Yogurt 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de tomate con orégano y picatostes Croquetas de calabaza y queso con ensalada de lechugas y tomate Fruta del tiempo
FIESTA	<ul style="list-style-type: none"> Judía tierna con patata, al vapor Seitán estofado en salsa Fruta del tiempo 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz integral con verduras Bacalao al horno con tomate y cebolla Fruta del tiempo 	<ul style="list-style-type: none"> Macarrones con salsa de queso y aceitunas negras Tortilla de patatas con ensalada de lechugas y pipas de girasol Fruta del tiempo 	<ul style="list-style-type: none"> Lentejas guisadas con verduras y patata Salchichas de tofu con tomate y ensaladas Yogurt
<ul style="list-style-type: none"> Sopa de pescado con fideos Tortilla de calabacín con ensalada de lechugas y germinados Yogurt 	<ul style="list-style-type: none"> Pastel de patata, salsa de tomate, huevo duro, atún y mahonesa Seitán a la plancha con ensalada de lechugas y sésamo tostado Fruta del tiempo 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de arroz, con zanahoria, tomate y tortilla Mairas rebozadas con ensalada de lechugas y pepino Fruta del tiempo 	<ul style="list-style-type: none"> Gazpacho de tomate y sandía (Sopa vegetal con pasta P3 y Parvulario) Lasaña de picada vegetal con bechamel Bizcocho de chocolate 	<ul style="list-style-type: none"> Empedrat garbanzos, queso fresco, tom., aceitunas y atún Seitán al curry con manzana Fruta del tiempo
<ul style="list-style-type: none"> Arroz tres delicias (tomate, tortilla y zanahoria) Salsicha de tofu al horno con patatas chips Fruta del tiempo 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de lentejas, atún, zanahoria, tomate y aceitunas Escalopa de seitán con ensalada de lechugas y germinados Yogurt 	<ul style="list-style-type: none"> Espaguetis carbonara vegetal Hamburguesa de seitan y shiitakes con ensalada de lechugas y remolacha Fruta del tiempo 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de calabacín con kikos crujientes Pizza de atún, tomate y mozzarella Helado 	<p>FINAL DE CURSO A LAS 13H.</p> <p>NO HAY SERVICIO DE COMEDOR</p>

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)