

JUNY

CURS 2016-2017

**S/LACTOSA**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de galets</li> <li>· Lluç al forn, amb ceba i patata</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Trinxat de bleda i pastanaga amb oli d'all</li> <li>· Pilota de vedella s/lactosa al forn amb salsa de poma</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
<b>FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons napolitana de tonyina</li> <li>· Truita de pastanaga s/lactosa i amanida d'enciams i remolatxa</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures amb crostonets</li> <li>· Lassanya de llenties i arròs amb beixamel s/lactosa</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral amb salsa de tomàquet</li> <li>· Maires arrebossades amb amanida d'enciam i cogombre</li> <li>· logurt de soja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Mongeta tendra amb patata</li> <li>· Llom a la planxa amb amanida d'enciams i llavors de sèsam</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Amanida d'arròs amb tonyina, tomàquet, pastanaga i olives</li> <li>· Truita de patates s/lactosa amb enciam i carbassó ratllat</li> <li>· Batut de plàtan s/lactosa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de peix amb fideus</li> <li>· Pollastre al curri amb poma</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Hummus amb bastonets</li> <li>· Bacallà al forn amb tomàquet, ceba i patates</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema freda de carbassó</li> <li>· Pastís tebi carns i mill gratinat amb pa ratllat amb amanida d'enciams i cogombre</li> <li>· logurt de soja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Espaguetis marcianos s/lactosa</li> <li>· Ous al plat amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs 3 delícies amb truita s/lactosa</li> <li>· Butifarra al forn amb amanida d'enciams i sèsam</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Llenties guisades amb patata i verdures</li> <li>· Seità arrebossat amb amanida d'enciams i germinats</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta)</li> <li>· Pizza de pernil dolç, verdures, tomàquet i formatge s/lactosa</li> <li>· Gelat s/lactosa</li> </ul>	<p><b>FI DE CURS</b></p>	

Tots els plats estan elaborats per l'equip de cuina Xavier, Loli i Isabel, 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)