

ESCOLA MOGENT - MONTORNÈS DEL VALLÈS

JUNY

CURS 2016-2017



CELÍAC

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			<ul style="list-style-type: none"> Sopa de pasta d'arròs Lluç al forn amb ceba i patata Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> Trinxat de bleda i pastanaga amb oli d'all Pilota de vedella s/gluten al forn amb salsa de poma Fruita del temps
<ul style="list-style-type: none"> Mongeta tendra amb patata Hamburguesa de pollastre s/gluten i amanida d'enciams amb tomàquet Batut de plàtan 	<ul style="list-style-type: none"> Macarrons napolitana de tonyina Truita de pastanaga i amanida d'enciams i remolatxa Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de verdures amb crostonets de pa s/gluten Lassanya s/gluten de llenties i arròs integral amb beixamel s/gluten Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> Arròs amb salsa de tomàquet Maires arrebossades amb farina de cigrons amb amanida d'enciam i cogombre logurt 	<ul style="list-style-type: none"> Amanida russa amb maionesa Llom a la planxa amb amanida d'enciams i llavors de sèsam Fruita del temps
<ul style="list-style-type: none"> Amanida d'arròs amb tonyina, tomàquet, pastanaga i olives Truita de patates amb enciam i carbassó ratllat logurt 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de peix amb fideus d'arròs Butifarra al forn amb amanida d'enciams i poma Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> Espaguetis d'arròs marcianos s/lactosa Bacallà al forn amb tomàquet, ceba i patates Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> Crema freda de carbassó Pizza s/gluten de pernil dolç, verdures, tomàquet mozzarella logurt 	<ul style="list-style-type: none"> Cigrons guisats amb patata i verdures Pollastre al curri, amb poma Fruita del temps
<ul style="list-style-type: none"> Arròs 3 delícies Hamburguesa de vedella s/gluten a la planxa amb amanida d'enciams i tomàquet Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> Llenties guisades amb patata i verdures Llom arrebossat amb farina de cigrons amb amanida d'enciams i germinats Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> Amanida de pasta amb olives, pastanaga, tomàquet i tonyina Croquetes de pollastre s/gluten i verdures amb amanida d'enciams i germinats Gelat 	<p>FI</p> <p>DE</p> <p>CURS</p>	

Tots els plats estan elaborats per les cuineres del centre, Emi i Nati, 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)