

# IEA ORIOL MARTORELL- BARCELONA

PRIMÀRIA

JUNY

CURS 2016-2017



**S/LACTOSA**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de galets</li> <li>· Truita de patates s/lactosa amb enciam i carbassó ratllat</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p><b>FESTA DE</b></p> <p><b>LLIURE DISPOSICIÓ</b></p>
<p><b>FESTA</b></p> <p><b>LOCAL (2ª PÀSQUA)</b></p>	<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>· Batut de plàtan s/lactosa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema freda de carbassó</li> <li>· Llassanya de carns gratinada amb beixamel s/lactosa</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Llenties guisades amb patata i verdura</li> <li>· Llom a la planxa amb amanida d'enciams i cogombre</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs amb salsa de tomàquet</li> <li>· Lluç al forn amb ceba i patata</li> <li>· logurt de soja</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Amanida d'arròs amb tonyina, tomàquet, pastanaga i olives</li> <li>· Truita de carbassó s/lactosa amb amanida d'enciams i germinats</li> <li>· logurt de soja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de peix amb fideus</li> <li>· Butifarra al forn amb amanida d'enciams i poma</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Hummus amb bastonets</li> <li>· Pollastre guisat amb porro i patata</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Mongeta tendra amb patata</li> <li>· Pastís tebi de carns i mill gratinat s/lactosa , amb amanida d'enciams i cogombre</li> <li>· logurt de soja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Espaguetis carbonara vegetal s/lactosa</li> <li>· Bacallà al forn amb tomàquet, ceba i patates</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs 3 delícies amb truita s/lactosa</li> <li>· Hamburguesa de vedella s/lactosa a la planxa amb amanida d'enciams i tomàquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Llenties guisades amb patata i verdures</li> <li>· Truita de formatge s/lactosa i amanida d'enciams i olives</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Amanida de pasta amb olives, pastanaga, tomàquet i tonyina</li> <li>· Pizza de pernil dolç, verdures, tomàquet i formatge s/lactosa</li> <li>· Gelat s/lactosa</li> </ul>	<p><b>FI</b></p> <p><b>DE</b></p>	<p><b>CURS</b></p>

Tots els plats estan elaborats per l'equip de cuina Fadoua, Juani, MªAngeles i Sol, 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)

.....

.....