

SETEMBRE

CURS 2017-2018

S/OVO-LACTO-VEGETARIÀ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	11	12	13	14
	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la napolitana · Croquetes de carbassa i amanida d'enciams i olives · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema freda de carbassó amb crostonets · Fricandó de seità amb pastanaga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'arròs, carbassó, tomàquet, pastanaga i olives · Vegenugets de tofu i formatge i amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	FESTA
	18	19	20	21
<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de pasta amb olives, tomàquet i carbassó · Ous al plat amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa de verdures amb arròs · Hamburguesa de tofu i shiitake amb patates xips · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lleties amb enciam, xampinyons tomàquet i olives · Seità estofat amb pastanaga i tomàquet · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida russa amb maionesa · Cigrons saltats amb mill, remolatxa, olives negres i pipes de girasol · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra i patata · Pilota de picada vegetal amb salsa curri i poma · Fruita del temps
	25	26	27	28
<ul style="list-style-type: none"> · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Salsitxes de tofu al forn amb tomàquet i amb amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Lleties guisades amb patata i verdures · Seità arrebossat amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'arròs amb olives, pastanaga, tomàquet i carbassó · Pizza verdures, tomàquet i mozzarella · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb ceba i patata · Truita de carbassó i amanida d'enciams i pastanaga · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de bleda, pastanaga i patata · Estofat de mongeta del carai i verdures amb champiyons · Fruita del temps
				29

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Tots els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un *. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a www.ecomenja.com. A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos.

**El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana així com la seva preparació i guarnició a www.ecomenja.com