



**SEPTIEMBRE**

**CURSO 2017-2018**

**S/LACTOSA**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	5 · Macarrones napolitana  · Pollo al limón con calabacín al horno  · Fruta del tiempo	6 · Empanada de atún *  · Salchichas * con tomate y ensalada de lechuga y zanahoria  · Yogurt s/lactosa	7 · Ensalada de arroz con jamón dulce, zanahoria, tomate y aceitunas  · Pescado de lonja **  · Bizcocho de yogurt s/lactosa	8 · Judía tierna con patata al vapor  · Escalopa de ternera * con ensalada de lechugas y aceitunas  · Fruta del tiempo
<b>FIESTA</b>	11 · Crema fría de calabacín s/lactosa con picatostes  · Hamburguesa de ternera * con ensalada de lechugas y sésamo tostado  · Fruta del tiempo	12 · Ensalada de lentejas, jamón dulce, zanahoria, tomate y aceitunas  · Pescado de lonja **  · Fruta del tiempo	13 · Macarrones a la carbonara s/huevo i s/lactosa  · Tortilla de calabacín s/huevo con ensalada de lechugas y pipas  · Yogurt s/lactosa	14 · Pastel de patata, tomate, huevo duro y atún *  · Albóndigas s/lactosa en salsa  · Fruta del tiempo
18 · Espaguetis boloñesa  · Tortilla de patatas s/huevo con ensalada de lechugas y germinados  · Batido de plátano s/lactosa	19 · Ensaladilla rusa s/lactosa  · Lomo rustido en salsa  · Fruta del tiempo	20 · Ensalada de garbanzos con tomate, aceitunas y atún *  · Hamburguesa de pavo s/lactosa con patata panadera  · Fruta del tiempo	21 · Gazpacho con sandía (Crema de verduras s/lactosa Parvulario y P3)  · Pizza de jamón dulce, tomate y mozzarella s/lactosa *  · Fruta del tiempo	22 · Arroz tres delicias s/lactosa  · Pescado de lonja **
<b>FIESTA</b>	25 · Arroz con tomate  · Escalopa de pollo con ensalada de lechugas y pera  · Yogurt s/lactosa	26 · Fideos a la cazuela con costilla  · Pescado de lonja **  · Fruta del tiempo	27 · Crema de calabacín s/lactosa con picatostes  · Lasaña de carnes gratinada con bechamel s/lactosa  · Fruta del tiempo	28 · "Empedrat" de alubia del ganxet con atún *, tomate y aceitunas  · Bistec de ternera * con patatas chips  · Yogurt s/lactosa

\* Los platos están elaborados por los cocineros del centro. Todos los ingredientes del menú son ecológicos a excepción de los productos señalados con un

\*. Podéis consultar el Certificado de la Auditoría Ecológica Externa en [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com). Además de estos productos ecológicos auditados, intentamos que la mayoría de los mismos sean de proximidad, y aseguramos que todos los ingredientes que compramos son frescos.

\*\* El pescado es fresco, de temporada y capturado en las costas catalanas y/o del Cantábrico.

Podéis consultar el pescado servido cada semana así como su preparación y guarnición en [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com)