



CELÍACO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 · Crema de calabaza y puerros con picatostes de pan s/gluten · Hamburguesa de ternera* s/gluten con patatas chip · Fruta del tiempo	3 · Espaguetis d'arròs a la napolitana · Tortilla de calabacín con ensalada de lechugas y pepino · Yogurt	4 · Hummus con bastones de zanahoria · Pollo guisado con cebolla y puerro · Fruta del tiempo	5 · Sopa de ave con fideos s/gluten y polenta · Lomo a la plancha con queso · Fruta del temps	6 · Arroz a la cazuela con costilla · Pescado de lonja ** · Bizcocho s/gluten con yogurt
9 · Judía tierna con patata · Salchichas* con salsa de tomate · Fruta del tiempo	10 · Sopa de pescado** con arroz · Redondo de ternera rustido con salsa de pera · Yogurt	11 · Macarrones de arroz a la carbonara s/huevo · Pescado de lonja ** · Fruta del tiempo	12 FIESTA	13 FIESTA
16 · Lentejas guisadas con chorizo* · Tortilla de patatas con ensalada de lechugas y germinados · Fruta del tiempo	17 · “Escudella” completa Sopa de pasta s/gluten · “Pilota”** s/gluten, verduras y garbanzos · Yogurt	18 · Gratinado de acelga, calabaza y patata con pan rallado s/gluten · Pollo rebozado con harina de garbanzos con ensalada de lechugas y zanahoria · Fruta del tiempo	19 · Espaguetis de arroz a la boloñesa · Pescado de lonja ** · Yogurt	20 · Crema de verduras con picatostes de pan s/gluten · Albóndigas s/gluten a la jardinera · Fruta del tiempo
23 · Pastel de patata, huevo duro y atún con salsa de tomate · Bistec de ternera* con ensalada de lechugas y aceitunas · Fruta del tiempo	24 · Garbanzos guisados con patata y zanahoria · Carne magra rebozada con harina de garbanzos con ensalada de lechugas y manzana · Fruta del tiempo	25 · Arroz con salsa de tomate · Estofado de pavo con castañas y zanahoria · Boniato al horno	26 · Crema de puerros · Pizza s/gluten con tomate, jamón dulce y mozzarella* · Fruta del tiempo	27 · Espirales s/gluten con salsa de queso y aceitunas negras · Pescado de lonja ** · Yogurt
30 NO HAY CLASES	31 NO HAY CLASES	31		

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. Además de estos productos ecológicos auditados, intentamos que la mayoría de los mismos sean de proximidad, y aseguramos que todos los ingredientes 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