

# ESCOLA WALDORF EL TIL·LER - BELLATERRA

INFANTIL

NOVEMBRE

CURS 2017-2018



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1	2
			<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa vegetal amb polenta i fideus</li> <li>· Pollastre guisat amb poma</li> <li>· logurt amb mel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassó s/patata amb crostonets</li> <li>· Cigrons saltats amb mill, remolatxa, olives negres i pipes de girasol</li> <li>· Fruits secs</li> </ul>
		<b>F E S T A</b>		3
	6	7	8	9
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral amb ceba i pastanaga</li> <li>· Truita a la francesa i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de lleties vermelles i carbassa</li> <li>· Espaguetis de blat amb formatge *</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures de tardor amb sèsam torrat</li> <li>· Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa vegetal amb polenta i fideus</li> <li>· Pollastre guisat amb poma</li> <li>· logurt amb mel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets</li> <li>· Cigrons saltats amb mill, remolatxa, olives negres i pipes de girasol</li> <li>· Fruits secs</li> </ul>
	13	14	15	16
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral amb ceba i pastanaga</li> <li>· Truita a la francesa i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de lleties vermelles i carbassa</li> <li>· Macarrons de blat amb formatge *</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures de tardor amb sèsam torrat</li> <li>· Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa vegetal amb polenta i fideus</li> <li>· Pollastre guisat amb poma</li> <li>· logurt amb mel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets</li> <li>· Cigrons saltats amb mill, remolatxa, olives negres i pipes de girasol</li> <li>· Fruits secs</li> </ul>
	20	21	22	23
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral amb ceba i pastanaga</li> <li>· Truita de formatge i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de lleties vermelles i carbassa</li> <li>· Espaguetis de blat amb formatge *</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures de tardor amb sèsam torrat</li> <li>· Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa vegetal amb polenta i fideus</li> <li>· Pollastre guisat amb poma</li> <li>· logurt amb mel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets</li> <li>· Cigrons saltats amb mill, remolatxa, olives negres i pipes de girasol</li> <li>· Fruits secs</li> </ul>
	27	28	29	30
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral amb ceba i pastanaga</li> <li>· Truita a la francesa i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de lleties vermelles i carbassa</li> <li>· Macarrons de blat amb formatge *</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures de tardor amb sèsam torrat</li> <li>· Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa vegetal amb polenta i fideus</li> <li>· Pollastre guisat amb poma</li> <li>· logurt amb mel</li> </ul>	

\* 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](http://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](http://www.ecomenja.com).