

ESCOLA WALDORF EL TIL·LER - BELLATERRA

INFANTIL

NOVEMBRE

CELÍAC

CURS 2017-2018



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1	2
			<ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus d'arròs · Pollastre guisat amb poma · logurt amb mel 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassó s/patata amb crostonets de pa s/gluten · Cigrons saltats amb mill, remolatxa, olives negres i pipes de girasol · Fruits secs
		F E S T A		3
			8	9
6	7		<ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus d'arròs · Pollastre guisat amb poma · logurt amb mel 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets pa s/gluten · Cigrons saltats amb mill, remolatxa, olives negres i pipes de girasol · Fruits secs
<ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral amb ceba i pastanaga · Truita a la francesa i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i carbassa · Espaguetis d'arròs amb formatge * · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de tardor amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · Fruita del temps 		10
13	14	15	16	17
<ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral amb ceba i pastanaga · Truita a la francesa i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i carbassa · Macarrons d'arròs amb formatge * · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de tardor amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus d'arròs · Pollastre guisat amb poma · logurt amb mel 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets pa s/gluten · Cigrons saltats amb mill, remolatxa, olives negres i pipes de girasol · Fruits secs
20	21	22	23	24
<ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral amb ceba i pastanaga · Truita de formatge i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i carbassa · Espaguetis d'arròs amb formatge * · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de tardor amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus d'arròs · Pollastre guisat amb poma · logurt amb mel 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets pa s/gluten · Cigrons saltats amb mill, remolatxa, olives negres i pipes de girasol · Fruits secs
27	28	29	30	
<ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral amb ceba i pastanaga · Truita a la francesa i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i carbassa · Macarrons d'arròs amb formatge * · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de tardor amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus d'arròs · Pollastre guisat amb poma · logurt amb mel 	

* 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.