

ESCOLA WALDORF EL TIL·LER - BELLATERRA

INFANTIL

NOVEMBRE

S/LACTOSA

CURS 2017-2018



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