

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

NOVEMBRE

CURS 2017-2018



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		F E S T A	1 · Macarrons a la carbonara vegetal · Peix de llotja segons les millors captures ** · Fruita del temps	2 · Mongeta del carai guisada amb verdures i patata · Pollastre* arrebossat amb amanida d'enciams i pastanaga · logurt
6 · Cous cous de verdures · Gall dindi* guisat amb patata i xampinyons · Fruita del temps	7 · Espaguetis napolitana · Pilota de vedella* al forn amb salsa de peres · Fruita del temps	8 · Llenties estofades amb xoriço* · Truita de carbassó amb amanida d'enciams i olives · logurt	9 · Bròcoli, col.i.flor i patata gratinats amb beixamel · Carn magra* arrebossada i amanida d'enciams, panses i poma · Fruita del temps	10 · Arròs integral amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures ** · Fruita del temps
13 · Macarrons amb salsa de remolatxa, pastanaga i una mica de tomàquet · Truita de formatge amb amanida d'enciams i olives · logurt	14 · Sopa de peix** amb arròs · Fricandó de vedella* amb pastanaga i patata · Fruita del temps	15 Trinxat de col i patata amb oli d'all · Salsitxes* amb tomàquet i amanida d'enciams · Fruita del temps	16 · Arròs 3 delícies amb pernil dolç* · Peix de llotja segons les millors captures ** · Fruita del temps	17 · Crema de carbassa i porros · Lassanya de carns*gratinada amb beixamel · logurt
20 · Crema de porros amb crostonets · Llom* a la planxa amb patates xips · Fruita del temps	21 · Fideus a la cassola amb costelló · Truita de calçots amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	22 · Escudella complerta Sopa* de pasta · Pilota*, verdures i cigrons · logurt	23 · Arròs integral amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures ** · Fruita del temps	24 · Cigrons guisats amb ceba i patata · Croquetes de pollastre* amb amanida d'enciams i olives Fruita del temps
27 · Llenties guisades amb verdures · Truita de patates i amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	28 · Arròs amb napolitana de tonyina * · Pollastre* al curri amb poma · logurt	29 · Macarrons marcianos · Peix de llotja segons les millors captures ** · Fruita del temps	30 · Sopa vegetal amb polenta i fideus · Hamburguesa* de vedella i amanida d'enciams i pipes de girasol · Fruita del temps	

* 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.