

ESCOLA CAMINS - LES FRANQUESES DEL VALLÈS



DESEMBRE

CURS 2017-2018

S/LACTOSA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
27	28	29	30	1
				<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb crostonets · Peix de llotja segons les millors captures ** · logurt de soja
4	5	6	7	8
<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la carbonara vegetal amb llet de civada · Salsitxes* amb tomàquet · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Pollastre guisat amb ceba i porro · Fruita del temps 	FESTA		FESTA
11	12	13	14	15
<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons napolitana · Truita de calçots s/lactosa i amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro amb crostonets · Escalopa de pollastre amb amanida d'enciams i olives · logurt de soja 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix amb arròs · Hamburguesa de vedella s/lactosa amb salsa de ceba · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb ceba i patata · Peix de llotja segons les millors captures ** · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de col i patates amb oli d'all · Lassanya de llenties i arròs integral gratinada amb beixamel de llet de civada · Fruita del temps
18	19	20	21	22
<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis marcianos amb llet de civada · Tofu a la planxa, amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai amb ceba i patata · Truita de patates s/lactosa amb amanida d'enciams i olives · logurt de soja 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet i tonyina · Llom a la planxa amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	FESTA	
				<i>Jornada intensiva</i>
				<ul style="list-style-type: none"> · Sopa de Nadal amb galets · Canelons de pollastre, porc i vedella amb beixamel de llet de civada · Torró tipus Xixona s/lactosa

* 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.