



DICIEMBRE

CURSO 2017-2018

OVO-LACTO-PISCI-VEGETARIANO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	
				1 · Pastel de patata, huevo duro, aceitunas y salsa de tomate, gratinado con mozzarella* · Estofado de seitán con zanahoria y champiñones · Fruta del tiempo	
	4	5	6	7	8
· Macarrones napolitana · Salchicha de tofu al horno, salsa de tomate y ensalada de lechugas y zanahoria · Yogurt	ST NIKOLAUS · Crema de calabaza y puerros · Canelones de verduras* gratinados · Bizcocho de chocolate	FIESTA	PUENTE	FIESTA	
	11	12	13	14	15
· Arroz con salsa de tomate · Tortilla de patatas con ensalada de lechugas y aceitunas · Queso con membrillo	· Lentejas estofadas con verduras · Brocheta de seitán con sésamo tostado y salsa tamari suave · Fruta del tiempo	· “Escudella” vegetal completa Sopa de pasta · “Pilota” vegetal, verduras y garbanzos · Yogurt	· Crema de verduras de invierno con picatostes · Pizza vegetal, tomate y mozzarella · Fruta del tiempo	· Espaguetis a la napolitana · Pescado de lonja ** · Fruta del tiempo	
	18	19	20	21	22
· Trinxat de acelga, patata y calabaza con aceite de ajo · Hamburguesa de seitán y queso con ensalada · Fruta del tiempo	· Garbanzos guisados con verduras · Vegenugets de tofu con ensalada de lechugas y manzana · Yogurt	· Arroz de verduras y queso parmesano · Pescado de lonja ** · Fruta del tiempo	DÍA NO LECTIVO	· Sopa vegetal con galets y garbanzos · Canelones de verduras* gratinados con bechamel · Turrón*	

Los platos están elaborados por los cocineros del centro. Todos los ingredientes del menú son ecológicos a excepción de los productos señalados con un. Podéis consultar el Certificado de la Auditoría Ecológica Externa en www.ecomenja.com. Además de estos productos ecológicos auditados, intentamos que la mayoría de los mismos sean de proximidad, y aseguramos que todos los ingredientes son frescos.

** El pescado es fresco, de temporada y capturado en las costas catalanas y/o del Cantábrico.

Podéis consultar el pescado servido cada semana así como su preparación y guarnición en www.ecomenja.com