

# IEA ORIOL MARTORELL - BARCELONA

PRIMÀRIA

DESEMBRE

CURS 2017-2018



S/OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 <i>Div. s/proteïna animal</i> · Trinxat de bleda, carbassa i patata  · Pastís de mill, cigrons i sofregit de tomàquet, gratinat  · logurt
4 · Espaguetis a la carbonara vegetal s/ou  · Salsitxes* amb tomàquet  · Fruita del temps	5 · Arròs integral a la cassola amb verdures  · Fricandó de vedella amb pastanaga i patates  · Fruita del temps	6 <b>FESTA</b>	7 <b>FESTA</b>	8 <b>FESTA</b>
11 · Trinxat de col i patata amb oli d'all  · Escalopa de pollastre s/ou amb amanida d'enciams i olives  · Fruita del temps	12 · Sopa de peix amb arròs  · Hamburguesa de vedella s/ou amb salsa de ceba  · Fruita del temps	13 · Cigrons guisats amb ceba i patata  · Peix de llotja segons les millors captures **  · Fruita del temps	14 · Macarrons napolitana  · Llom a la planxa i amanida d'enciams i sèsam  · logurt	15 <i>Div. s/proteïna animal</i> · Crema de carbassa i porro amb crostonets  · Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel  · Fruita del temps
18 · Arròs amb salsa de tomàquet i tonyina  · Llom a la planxa amb amanida d'enciams i sèsam torrat  · Fruita del temps	19 · Espaguetis marciános  · Escalopa de vedella s/ou amb amanida d'enciams i pasatanaga  · Fruita del temps	20 · Mongeta del carai amb ceba i patata  · Tofu a la planxa amb amanida d'enciams i olives  · logurt	21 <b>FESTA</b>	22 <i>Jornada intensiva</i> · Sopa de Nadal amb galets  · Pollastre rostit amb pomes, prunes i pinyons  · Torró tipus Xoco Cruixent s/ou

\* 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](http://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](http://www.ecomenja.com).