

ESCOLA WALDORF EL TIL·LER - BARCELONA



DESEMBRE

CURS 2017-2018

INFANTIL

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets · Cigrons saltats amb mill, remolatxa, olives negres i pipes de girasol · Fruits secs
4 · Arròs integral amb ceba i pastanaga · Truita a la francesa i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades · Fruita del temps	5 · Crema de lleties vermelles i carbassa · Espaguetis de blat amb formatge * · Fruita del temps	6 FESTA	7 FESTA	8 FESTA
11 · Arròs integral amb ceba i pastanaga · Truita a la francesa i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades · Fruita del temps	12 · Crema de lleties vermelles i carbassa · Macarrones de blat amb formatge * · Fruita del temps	13 · Crema de verdures de tardor amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · Fruita del temps	14 · Sopa vegetal amb polenta i fideus · Pollastre guisat amb poma · logurt amb mel	15 · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets · Cigrons saltats amb mill, remolatxa, olives negres i pipes de girasol · Fruits secs
18 · Arròs integral amb ceba i pastanaga · Truita a la francesa i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades · Fruita del temps	19 · Crema de lleties vermelles i carbassa · Espaguetis de blat amb formatge * · Fruita del temps	20 · Crema de verdures de tardor amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · Fruita del temps	21 FESTA	22 · Sopa vegetal amb galets · Pollastre de Nadal rostit amb pomes, prunes i pinyons · Torrons

* 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.