

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

DESEMBRE

CURS 2017-2018



S/GLUTEN

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 · Crema de verdures d'hivern amb crostonets de pa s/gluten · Butifarra* al forn amb xips de boniato · logurt
2 · Espaguetis d'arròs a la carbonara vegetal · Carn magra* arrebossada amb farina de cigrò amanida, poma i panses · Fruita del temps	3 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Pollastre* guisat amb ceba i porro · Fruita del temps	4 FESTA	5 FESTA	6 FESTA
7 · Macarrons d'arròs napolitana · Truita de calçots i amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	8 · Crema de carbassa i porro amb crostonets de pa s/gluten · Escalopa de pollastre* arrebossada amb farina de cigrò, amanida d'enciams i olives · logurt	9 · Sopa de peix** amb arròs · Hamburguesa de vedella* s/gluten amb salsa de ceba · Fruita del temps	10 · Cigrons guisats amb ceba i patata · Peix de llotja segons les millors captures ** · Fruita del temps	11 · Trinxat de col i patates amb oli d'all · Lassanya s/gluten de carns* gratinada amb beixamel s/gluten · Fruita del temps
12 · Espaguetis d'arròs marcianos · Salsitxes de pollastre* amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps	13 · Mongeta del carai amb ceba i patata · Truita de patates amb amanida d'enciams i olives · logurt	14 · Arròs amb salsa de tomàquet i tonyina* · Llom * a la planxa amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	15 FESTA	16 Jornada intensiva
				17 · Sopa de Nadal * amb pasta s/gluten · Canelons s/gluten de pollastre, porc i vedella gratinats amb beixamel s/gluten · Torró tipus Xixona s/gluten

* 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.