

IEA ORIOL MARTORELL - BARCELONA

PRIMÀRIA

GENER

CELÍAC

CURS 2017-2018



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet i tonyina* · Fruita de patates amb amanida d'enciams i olives · logurt 	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> · Mill amb verdures verdures · Mandonguilles s/gluten en salsa · Fruita del temps 	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de col i patates amb oli d'all · Pollastre guisat amb pastanaga i xampinyons · Fruita del temps 	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de pasta d'arròs · Peix de llotja segons les millors captures ** · Fruita del temps 	<p>12</p> <p><i>Div. s/proteïna animal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai amb ceba i patata · Croquetes s/gluten de mill i verdures, amb amanida d'enciams i olives · logurt
<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> · Pastís de patata, tomàquet i tonyina* gratinat · Fruita d'espinaçs amb amanida d'enciams i remolatxa ratllada · Fruita del temps 	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> · Hummus amb sèsam, bastonets de pastanaga i de pa s/gluten · Llom a la planxa amb xips de boniato · logurt 	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis d'arròs a la napolitana · Hamburguesa de vedella s/gluten i amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps 	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies · Peix de llotja segons les millors captures ** · logurt amb mel 	<p>19</p> <p><i>Div. s/proteïna animal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa, crost. de pa s/gluten · Lassanya s/gluten de llenties i arròs integral gratinada amb beixamel s/gluten · Fruita del temps
<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> · Bròcoli, col-i-flor i carbassa gratinats amb beixamel s/gluten · Hamburguesa de pollastre amb amanida d'enciams i pipes de girasol · Fruita del temps 	<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> · Escudella complerta Sopa de pasta d'arròs · Pilota s/gluten, verdures i cigrons · Formatge amb codonyat 	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures ** · Fruita del temps 	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons d'arròs napolitana · Carn magra arrebossada s/gluten amb amanida d'enciams i nap ratllat · logurt 	<p>26</p> <p><i>Div. s/proteïna animal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i verdures · Pizza s/gluten de tomàquet, verdures i mozzarella* · Fruita del temps
<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis d'arròs marcianos · Salsitxes* amb tomàquet · Fruita del temps 	<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb arròs · Fricandó de vedella s/gluten amb pastanaga i patata · Fruita del temps 	<p>31</p> <ul style="list-style-type: none"> · Llenties guisades amb verdures · Escalopa de pollastre s/gluten amb amanida d'enciams i remolatxa ratllada · logurt 		

* 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.