

# ESCOLA WALDORF ROSA D'ABRIL - BARCELONA

INFANTIL

GENER

S/OU

CURS 2017-2018



| DILLUNS   | DIMARTS  | DIMECRES   | DIJOUS   | DIVENDRES  |
|---|--|--|--|--|
| 8<br><ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral amb ceba i pastanaga</li> <li>· Tofu a la planxa i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>              | 9<br><ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de lleties vermelles i carbassa</li> <li>· Macarrones de blat amb formatge *</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>  | 10<br><ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures de tardor amb sèsam torrat</li> <li>· Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul> | 11<br><ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa vegetal amb polenta i fideus</li> <li>· Pollastre guisat amb poma</li> <li>· logurt amb mel</li> </ul> | 12<br><ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets</li> <li>· Cigrons saltats amb mill, remolatxa, olives negres i pipes de girasol</li> <li>· Fruits secs</li> </ul>    |
| 15<br><ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral amb ceba, porro i pastanaga</li> <li>· Tofu a la planxa i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades</li> <li>· Formatge amb codonyat</li> </ul> | 16<br><ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de lleties vermelles i carbassa</li> <li>· Espagueti integrals de blat amb salsa de remolatxa, carbassa i tomaquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul> | 17<br><ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures d'hivern amb sèsam torrat</li> <li>· Pastís de mill i cigrons amb verdures i tomàquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>            | 18<br><ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa vegetal amb polenta i fideus</li> <li>· Pollastre guisat amb poma</li> <li>· logurt amb mel</li> </ul> | 19<br><ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets</li> <li>· Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel vegetal</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul> |
| 22<br><ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral amb ceba, porro i pastanaga</li> <li>· Tofu a la planxa i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades</li> <li>· Formatge amb codonyat</li> </ul> | 23<br><ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de lleties vermelles i carbassa</li> <li>· Macarrons integrals de blat amb salsa de remolatxa, carbassa i tomaquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul> | 24<br><ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures d'hivern amb sèsam torrat</li> <li>· Pastís de mill i cigrons amb verdures i tomàquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>            | 25<br><ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa vegetal amb polenta i fideus</li> <li>· Pollastre guisat amb poma</li> <li>· logurt amb mel</li> </ul> | 26<br><ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets</li> <li>· Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel vegetal</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul> |
| 29<br><ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral amb ceba, porro i pastanaga</li> <li>· Tofu a la planxa i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades</li> <li>· Formatge amb codonyat</li> </ul> | 30<br><ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de lleties vermelles i carbassa</li> <li>· Espagueti integrals de blat amb salsa de remolatxa, carbassa i tomaquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul> | 31<br><ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures d'hivern amb sèsam torrat</li> <li>· Pastís de mill i cigrons amb verdures i tomàquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>            |  |  |

\* 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).