

# ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR



GENER

CURS 2017-2018

**S/LACTOSA**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs amb salsa de tomàquet i tonyina*</li> <li>· Truita s/lactosa de patates amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· logurt de soja</li> </ul>	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Cous cous de verdures</li> <li>· Mandonguilles* s/lactosa en salsa</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Cigrons guisats amb ceba i patata</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures **</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Trinxat de col i patates amb oli d'all</li> <li>· Escalopa de pollastre* amb amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>· logurt de soja</li> </ul>	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa vegetal amb polenta i fideus</li> <li>· Pilota de vedella* s/lactosa amb salsa de poma</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassa i porros amb crostonets</li> <li>· Llom* a la planxa amb amanida d'enciams i sèsam torrat</li> <li>· logurt de soja amb mel</li> </ul>	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Espaguetis a la bolonyesa</li> <li>· Truita s/lactosa d'espínacs amb amanida d'enciams i remolatxa ratllada</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral amb verdures</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures **</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Pastís de patata, tomàquet i tonyina*</li> <li>· Hamburguesa de vedella* s/lactosa i amanida d'enciams i germinats</li> <li>· logurt de soja</li> </ul>	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Llenties guisades amb patata i verdures</li> <li>· Croquetes de pollastre* s/lactosa, amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Bròcoli, col-i-flor i carbassa amb beixamel vegetal de llet de civada</li> <li>· Guisat de gall dindi* amb pastanaga i xampinyons</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs 3* delícies amb truita s/lactosa</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures **</li> <li>· logurt de soja</li> </ul>	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Escudella complerta Sopa* de pasta</li> <li>· Pilota* s/lactosa, verdures i cigrons</li> <li>· Codonyat amb fruita</li> </ul>	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons napolitana</li> <li>· Carn magra* arrebossada amb amanida d'enciams i nap ratllat</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de lleties vermelles i verdures</li> <li>· Pizza de tomàquet i pernil dolç*</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Espaguetis marcianos amb llet de civada</li> <li>· Salsitxes* amb tomàquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de peix** amb arròs</li> <li>· Fricandó* de vedella amb boniato</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>31</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Hummus amb sèsam i bastonets de pastanaga de pa</li> <li>· Pollastre* guisat amb xampinyons i patata</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).