

FEBRER

CURS 2017-2018

**CELÍAC**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 · Arròs 3 delícies · Peix de llotja cuinat s/gluten** · logurt	2 · Trinxat de bleda, carbassa i patata gratinat · Mandonguilles s/gluten amb salsa · Fruita del temps
5 · Macarrons d'arròs a la napolitana · Hamburguesa de cigró i verdures/gluten, amanida d'enciams i germinats · logurt amb mel	6 · Escudella completa Sopa de pasta d'arròs · Pilota s/gluten , verdures i cigrons · Fruita del temps	7 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Peix de llotja cuinat s/gluten** · Fruita del temps	<b>Dijous Gras</b> 8 · Mongeta de Santa Pau i patata saltejada amb all i julivert · Truita de butifarra* amb amanida d'enciams i olives · logurt	9 · Crema de carbassa i porros amb crostonets de pa s/gluten · Pizza s/gluten de tomàquet, pernil dolç i mozzarella* · Fruita del temps
12 · Mill amb verdures · Fricandó de vedella s/gluten amb xampinyons i patata · Fruita del temps	13 · Trinxat de col i patata amb oli d'all · Carn magra arrebossada amb farina de cigró, amanida d'enciams i poma · Formatge amb codonyat	14 · Espaguetis d'arròs a la carbonara * · Peix de llotja cuinat s/gluten** · Fruita del temps	15 · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de calçots i amanida d'enciams i pastanaga · logurt	16 · Crema de verdures d'hivern amb crostonets de pa s/gluten · Lassanya s/gluten de llenties i arròs integral gratinada amb beixamel s/gluten · Fruita del temps
19 · Macarrons d'arròs marcianos · Bistec de vedella a la planxa amb salsa de ceba i amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	20 · Arròs amb salsa de tomàquet i tonyina* · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · logurt	21 · Sopa vegetal amb polenta i fideus d'arròs · Pollastre guisat amb poma i curri · Fruita del temps	22 · Cigrons estofats amb ceba i patata · Peix de llotja cuinat s/gluten** · logurt	23 · Crema de porros i llentia vermella amb "kikos*" mòlts · Croquetes de mill i verdures s/gluten amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps
26 · Llenties amb patata i verdures · Tofu guisat amb pastanaga i xampinyons · Fruita del temps	27 · Fideus d'arròs a la cassola amb sèpia** · Escalopa de pollastre amb farina de cigró, amanida d'enciams i pipes de girasol · logurt	28 · Arròs integral amb verdures · Llom a la planxa amb xips de boniato · Fruita del temps		

\* 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).