



FEBRERO

CURSO 2017-2018

S/LACTOSA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			<ul style="list-style-type: none"> · Fideos a la cazuela con costilla · Pollo guisado con cebolla puerro y manzana · Macedonia de frutas 	<ul style="list-style-type: none"> · Lentejas guisadas con verduras · Tortilla de patatas s/lactosa con ensalada de lechugas y sésamo tostado · Yogurt de soja
<ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col y patata con pipas tostadas de girasol · Hamburguesa de ternera* con cebolla caramelizada · Fruta del tiempo 	<ul style="list-style-type: none"> · Alubias del ganxet con patata · Carne magra rebozada con ensalada de lechugas y zanahoria · Yogurt de soja 	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la carbonara* vegetal con leche de avena · Pescado de lonja ** · Fruta del tiempo 	<p>Jueves Lardero</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arroz con tomate · Tortilla de butifarra de huevo*s/lactosa, con ensalada de lechugas y aceitunas · Yogurt de soja 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de calabaza y puerros con crujiente de kikos · Pizza con tomate y jamón dulce · Fruta del tiempo
<ul style="list-style-type: none"> · Arroz integral con verduras · Salchichas* con tomate y ensalada de lechugas con aceitunas · Yogurt de soja con miel 	<ul style="list-style-type: none"> · Pastel de patata con tomate y atún · Redondo de ternera* en salsa · Fruta del tiempo 	<p>Miércoles de Ceniza</p> <ul style="list-style-type: none"> · Macarrones con salsa de tomate y aceitunas negras · Pescado de lonja ** · Fruta del tiempo 	<ul style="list-style-type: none"> · Garbanzos guisados con verduras · Brochetas de pollo, sésamo y salsa teriyaki · Fruta del tiempo 	<p>FIESTA DE LIBRE DISPOSICIÓN</p>
<ul style="list-style-type: none"> · Lentejas estofadas con patata y chorizo · Croquetas de pollo s/lactosa con ensalada de lechugas y aceitunas · Fruta del tiempo 	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la napolitana · Lomo rustido en salsa con puré de patata s/lactosa · Yogurt de soja 	<ul style="list-style-type: none"> · Brócoli, coliflor y patata con bechamel vegetal de leche de avena · Bistec de ternera* con ensalada de lechugas y zanahoria · Fruta del tiempo 	<ul style="list-style-type: none"> · Escudella completa Sopa de pasta · "Pilota" s/lactosa, verduras y garbanzos · Fruta del tiempo 	<ul style="list-style-type: none"> · Arroz a la milanesa con jamón y verduras · Pescado de lonja ** · Bizcocho de almendra s/lactosa
<ul style="list-style-type: none"> · Arroz 3 delicias con tortilla s/lactosa · Escalopa de pollo con ensalada de lechugas y aguacate · Yogurt de soja 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verduras d'invierno con picatostes · Lasaña de carnes* con bechamel vegetal de leche de avena · Fruta del tiempo 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrones a la boloñesa · Tortilla de calabacín con s/lactosa ensalada de lechugas y aceitunas · Fruta del tiempo 		

Los platos están elaborados por los cocineros del centro. Todos los ingredientes del menú son ecológicos a excepción de los productos señalados con un. Podéis consultar el Certificado de la Auditoría Ecológica Externa en www.ecomenja.com. Además de estos productos ecológicos auditados, intentamos que la mayoría de los mismos sean de proximidad, y aseguramos que todos los ingredientes son frescos.

** El pescado es fresco, de temporada y capturado en las costas catalanas y/o del Cantábrico.

Podéis consultar el pescado servido cada semana así como su preparación y guarnición en www.ecomenja.com