



**ENERO CELÍACO**

**CURSO 2017-2018**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrones de arroz napolitana de atún</li> <li>· Hamburguesa de ternera* con ensalada de lechugas y aceitunas</li> <li>· Yogurt</li> </ul>	9 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de calabaza y puerro con picatostes s/gluten</li> <li>· Lomo rustido en salsa</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	10 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Lentejas guisadas con verduras y chorizo</li> <li>· Tortilla de patatas con ensalada de lechugas y zanahoria</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	11 <ul style="list-style-type: none"> <li>· "Trinxat" de col y patata con aceite de ajo</li> <li>· Pollo al curry con manzana</li> <li>· Yogurt</li> </ul>	12 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Arroz con tomate</li> <li>· Pescado de lonja **</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>
15 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de fideos de arroz</li> <li>· Pizza s/gluten napolitana, orégano, jamón dulce y mozzarella</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	16 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Garbanzos estofados con verduras</li> <li>· Fricandó de ternera* s/gluten con zanahoria y patata</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	17 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verduras de invierno con picatostes s/gluten</li> <li>· Escalopa de pollo rebozada s/gluten con ensalada de lechugas y germinados</li> <li>· Yogurt con miel</li> </ul>	18 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Espaguetis de arroz carbonara</li> <li>· Pescado de lonja **</li> <li>· Bizcocho de almendra s/gluten</li> </ul>	19 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Arroz integral a la cazuela con verduras</li> <li>· Albóndigas s/gluten en salsa</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>
22 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Brócoli, coliflor y patata gratinados con bechamel s/gluten</li> <li>· Butifarra* al horno con chips de boniato</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	23 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrones de arroz napolitana</li> <li>· Bistec de ternera* con ensalada de lechugas y sésamo tostado</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	24 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Arroz 3 delicias</li> <li>· Pescado de lonja **</li> <li>· Yogurt</li> </ul>	25 <ul style="list-style-type: none"> <li>· "Escudella" completa Sopa de pasta de arroz</li> <li>· "Pilota"* s/gluten, verduras y garbanzos</li> <li>· Queso con membrillo</li> </ul>	26 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Alubias del ganxet con patata y cebolla</li> <li>· Croquetas de pollo s/gluten con ensalada de lechugas y zanahoria</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>
29 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Arroz integral con sepia**</li> <li>· Carne magra rebozada s/gluten con ensalada de lechugas, pasas y rúcula</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	30 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de pasta de arroz</li> <li>· Timbal de ternera* s/gluten con salsa de manzana</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	31 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Gratinado de acelga calabaza y patata</li> <li>· Pizza s/gluten de atún con ensalada de lechugas y aceitunas</li> <li>· Yogurt</li> </ul>		

\*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](http://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](http://www.ecomenja.com)