



ENERO S/LACTOSA

CURSO 2017-2018

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

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