

# ESCOLA CAN BESORA - MOLLET DEL VALLÈS



**MARÇ**  
**CELÍAC**

**CURS 2017-2018**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 2 · Sopa de pasta d'arròs · Peix de llotja cuinat s/gluten**, amb amanida · Fruita del temps	1 2 · Trinxat de bleda, carbassa i patata gratinat amb formatge · Timbal de vedella s/gluten amb salsa de peres · Fruita del temps
5 · Espaguetis d'arròs amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomàquet · Hamburguesa de vedella s/gluten amb amanida d'enciams i pipes · logurt	6 · Crema de carbassa i porro · Lassanya s/gluten de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel s/gluten · Fruita del temps	7 · Sopa de peix amb arròs · Pollastre guisat amb porro i patata · Fruita del temps	8 · Mill amb verdures · Truita de patates i amanida d'enciams i sèsam torrat · Fruita del temps	9 · Arròs a la cassola amb costelló · Peix de llotja cuinat s/gluten**, amb amanida · logurt
12 · Col i patata amb oli d'all · Guisat de carn magra s/gluten amb pastanaga · Fruita del temps	13 · Macarrons d'arròs a la napolitana · Truita de calçots amb amanida d'enciams i pipes de girasol · Formatge amb codony	14 · Arròs 3 delícies · Peix de llotja cuinat s/gluten**, amb amanida · Fruita del temps	15 · Escudella completa sopa de pasta d'arròs · Pilota s/gluten, verdures mongeta del carai · Fruita del temps	16 · Crema de verdures amb crostonets de pa s/gluten · Falàfel de cigrons i sofregit s/gluten amb amanida d'enciams i olives · logurt
19 · Lleties guisades amb xoriço · Hamburguesa de pollastre a la planxa i amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	20 · Pastís de patata, tonyina, ou dur i sofregit de tomàquet · Fricandó de vedella s/gluten amb pastanaga · Fruita del temps	21 · Arròs integral a la cassola amb espinacs · Carn magra arrebossada amb farina de cigró i amanida d'enciams i poma · logurt	22 · Espaguetis d'arròs a la carbonara vegetal · Peix de llotja cuinat s/gluten**, amb amanida · Fruita del temps	23 · Sopa de verdures amb fideus d'arròs i sèmola de blat de moro · Pizza s/gluten hortolana amb verdures, tomàquet i formatge · 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).

Menús elaborats i revisats per Joan Maria Ribas Framis i Gabor Smit (ADITEC: 0009)