SCHWEIZERSCHULE BARCELONA
ESCUELA SUIZA DE BARCELONA

ecomenja
menjadors escolars ecològics

MARZO

CURSO 2017-2018

S/HUEVO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
26	27	28	1 · Hummus con sésamo y bastones de zanahoria y de pan · Lomo de cerdo a la plancha con chips de patata · Fruta del tiempo	2 · Sopa de ave con arroz · Pescado de lonja** · Yogurt
5 · Crema de tomate a la provenzal con picatostes · Fricandó de ternera con zanahoria · Fruta del tiempo	6 · Alubias de Sta Pau con verduras · Butifarra* al horno con ensalada de lechugas y aceitunas · Yogurt	7 · "Trinxat" de col, calabaza y patata · Pollo al curry con manzana · Fruta del tiempo	8 · Espaguetis a la carbonara s/huevo · Pescado de lonja** · Bizcocho s/huevo con yogurt	9 · Arroz con tomate · Bistec a la plancha con ensalada de lechugas y pipas de girasol · Fruta del tiempo
12 · Escudella completa Sopa de pasta · "Pilota"s/huevo, verduras y garbanzos · Yogurt	13 · Crema de calabaza y puerro con picatostes · Escalopa de ternera s/huevo con ensalada de lechugas y pera · Fruta del tiempo	14 · Arroz a la milanesa con jamón y verduras · Lomo de cerdo rustido en salsa · Yogurt	15 · Lentejas guisadas con chorizo · Hamburguesa de pollo con ensalada de lechugas y rúcula · Fruta del tiempo	16 · Fideos a la cazuela con verduras · Pescado de lonja** · Fruta del tiempo
19 · Macarrones a la napolitana · Pollo a la plancha con ensalada · Yogurt	20 · Ensalada de garbanzos con tomate y aceituna · Redondo de ternera en salsa, con puré de patata · Fruta del tiempo	21 · Brócoli, coliflor y patata gratinados con bechamel · Salchichas con tomate · Fruta del tiempo	22 · Sopa de pescado con arroz · Pizza con jamón dulce, tomate y mozzarella · Yogurt con miel	23 · Arroz integral con verduras · Croquetas de merluza s/huevo con ensalada de lechugas y zanahoria · 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**

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