ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

MARÇ CURS 2017-2018

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
26	27	28	1 · Sopa de galets · Peix de llotja segons les millor captures**, amb amanida · Fruita del temps	2 · Trinxat de bleda, carbassa i patata gratinat amb formatge · Timbal de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps
5 · Llenties guisades amb verdures · Truita de patates i amanida d'enciams i sèsam torrat · Iogurt	6 · Espaguetis amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomàquet · Hamburguesa de vedella amb amanida d'enciams i pipes · Fruita del temps	7 · Sopa de peix amb arròs · Escalopa de pollastre* amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	8 · Crema de carbassa i porro · Lassanya de carns gratinada amb beixamel · Fruita del temps	9 · Arròs a la cassola amb costelló · Peix de llotja segons les millor captures**, amb amanida · Iogurt
12 · Macarrons a la napolitana · Truita de calçots amb amanida d'enciams i pipes de girasol Iogurt	13 · Col i patata amb oli d'alls · Guisat de carn magra amb cous cous i pastanaga · Fruita del temps	14 · Hummus amb sèsam i bastonets de pa · Pollastre guisat amb porro i patata · Iogurt	15 · Escudella completa sopa de galets · Pilota, verdures i mongeta del carai · Fruita del temps	16 · Arròs 3 delícies · Croquetes de lluç amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps
19 · Llenties guisades amb xoriço · Hamburguesa de pollastre a la planxa i amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	20 · Arròs integral a la cassola amb espinacs · Carn magra arrebossada i amanida d'enciams i poma · Iogurt	21 · Pastís de patata, tonyina, ou dur i sofregit de tomàquet · Fricandó de vedella amb pastanaga · Fruita del temps	22 · Espaguetis a la carbonara vegetal · Peix de llotja segons les millor captures**, amb amanida · Fruita del temps	23 · Sopa de verdures amb fideus i sèmola de blat de moro · Pizza hortolana amb verdures i pernil dolç, 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**. 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.**

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