



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9	10	11	12	13
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrones napolitana</li> <li>· Carne magra rebozada con ensalada de lechugas y manzana</li> <li>· Yogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de calabaza y puerro con picatostes</li> <li>· Brocheta de pollo teriyaki y sésamo</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Ensalada de arroz con tomate, aceitunas, j. dulce y atún</li> <li>· Pescado de lonja**</li> <li>· Yogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de ave con galets</li> <li>· Hamburguesa de ternera con salsa y patatas chips</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Garbanzos guisados con verduras</li> <li>· Tortilla de patatas con ensalada de lechugas y zanahoria</li> <li>· Macedonia de frutas</li> </ul>
16	17	18	19	20
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arroz con salsa de tomate</li> <li>· Huevos rellenos con atún y mahonesa</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Col y patata con aceite de ajos</li> <li>· Redondo de ternera en salsa, con puré de patata</li> <li>· Yogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Ensalada de lentejas con aceitunas, tomate y j. dulce</li> <li>· Pollo al curry con manzana</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Espaguetis carbonara</li> <li>· Pescado de lonja**</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de pescado con arroz</li> <li>· Albóndigas en salsa</li> <li>· Bizcocho de yogurt</li> </ul>
23	24	25	26	27
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Acelga, zanahoria y patata gratinada con queso*</li> <li>· Escalopa de pollo con ensalada de lechugas y pera</li> <li>· Yogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Ensalada de garbanzos con tomate, aceituna y huevo duro</li> <li>· Salchichas* con tomate</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrones a la boloñesa</li> <li>· Tortilla de calabacín con ensalada de lechugas y zanahoria</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verduras de primavera</li> <li>· Pizza con jamón dulce, tomate y mozzarella*</li> <li>· Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arroz 3 delicias</li> <li>· Pescado de lonja**</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)

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