

ESCOLA WALDORF ROSA D'ABRIL - BARCELONA

INFANTIL

ABRIL

S/OU

CURS 2017-2018



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	3	4	5	6
	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i carbassa · Macarrons integrals de blat amb salsa de remolatxa, carbassa i tomaquet · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema suau de verdures de primavera amb sèsam torrat · Pastís de mill i cigrons amb verdures i tomàquet · logurt amb mel 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets · Guisat de llenties i arròs integral, amb sogregit de verdures · Fruita del temps
9	10	11	12	13
<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb ceba, porro i pastanaga · Tofu a la planxa i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i carbassa · Espagueti integrals de blat amb salsa de remolatxa, carbassa i tomaquet · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema suau de verdures de primavera amb sèsam torrat · Pastís de mill i cigrons amb verdures i tomàquet · logurt amb mel 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets · Guisat de llenties i arròs integral, amb sogregit de verdures · Fruits secs
16	17	18	19	20
<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb ceba, porro i pastanaga · Tofu a la planxa i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades · Formatge amb codonyat 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i carbassa · Macarrons integrals de blat amb salsa de remolatxa, carbassa i tomaquet · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema suau de verdures de primavera amb sèsam torrat · Pastís de mill i cigrons amb verdures i tomàquet · logurt amb mel 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets · Guisat de llenties i arròs integral, amb sogregit de verdures · Fruita del temps
23	24	25	26	27
<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb ceba, porro i pastanaga · Tofu a la planxa i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i carbassa · Espagueti integrals de blat amb salsa de remolatxa, carbassa i tomaquet · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema suau de verdures de primavera amb sèsam torrat · Pastís de mill i cigrons amb verdures i tomàquet · logurt amb mel 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets · Guisat de llenties i arròs integral, amb sogregit de verdures · Fruits secs

* 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)