

ESCOLA CAN BESORA - MOLLET DEL VALLÈS

JUNY

CURS 2017-2018



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 · Sopa de galets · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps
4 · Trinxat de bleada, pastanaga i patata amb oli d'all · Salsitxes de pollastre amb tomàquet i amanida d'enciams amb tomàquet · logurt	5 · Macarrons a la napolitana · Truita de carbassó i amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	6 · Arròs 3 delícies · Peix de llotja segons les millors captures** · Batut de plàtan	7 · Amanida russa amb lactonesa · Llom a la planxa amb amanida d'enciams i llavors de sèsam · Fruita del temps	8 · Crema de verdures amb crostonets · Lassanya de lleties i arròs integral amb beixamel · Fruita del temps
11 · Amanida de pasta amb olives, pastanaga, i tomàquet · Vegenugets de tofu i formatge al forn amb amanida d'enciams i llavors · logurt	12 · Sopa de peix** amb fideus · Pollastre al curri amb poma · Fruita del temps	13 · Crema freda de carbassó · Carn magra arrebossada amb amanida d'enciams i olives · logurt	14 · Hummus amb bastonets · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	15 · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de patates amb amanida d'enciams i carbassó ratllat · Fruita del temps
18 · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Butifarra* al forn amb amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	19 · Lleties guisades amb patata i verdures · Seità arrebossat amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps	20 · Espaguetis napolitana · Peix de llotja segons les millors captures** · logurt	21 · Mongeta tendra amb patata · Pilota de vedella al forn amb salsa de poma · Fruita del temps	22 · Amanida d'arròs amb olives, pastanaga, tomàquet i tonyina** · Pizza de pernil dolç, verdures, tomàquet i mozzarella · Gelat*

* 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 i Gabor Smit (ADITEC: 0009)