

# ESCOLA WALDORF EL TIL·LER - BELLATERRA

INFANTIL

MAIG

CURS 2017-2018



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31 <b>FESTA</b>  <b>LLIURE ELECCIÓ</b>	1 <b>FESTA</b>	2 · Crema suau de verdures de primavera amb sèsam torrat  · Pastís de mill i cigrons amb verdures i tomàquet  · logurt amb mel	3 · Sopa vegetal amb polenta i fideus  · Pollastre guisat amb poma  · Fruita del temps	4 · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets  · Guisat de llenties i arròs integral, amb sogregit de verdures  · Fruita del temps
7 <b>FESTA</b>  <b>LOCAL</b>	8 · Crema de llenties vermelles i carbassa  · Espagueti integrals de blat amb salsa de remolatxa, carbassa i tomaquet  · Fruita del temps	9 · Crema suau de verdures de primavera amb sèsam torrat  · Pastís de mill i cigrons amb verdures i tomàquet  · logurt amb mel	10 · Sopa vegetal amb polenta i fideus  · Pollastre guisat amb poma  · Fruita del temps	11 · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets  · Guisat de llenties i arròs integral, amb sogregit de verdures  · Fruits secs
14 · Arròs amb ceba, porro i pastanaga  · Truita a la francesa i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades  · Formatge amb codonyat	15 · Crema de llenties vermelles i carbassa  · Macarrons integrals de blat amb salsa de remolatxa, carbassa i tomaquet  · Fruita del temps	16 · Crema suau de verdures de primavera amb sèsam torrat  · Pastís de mill i cigrons amb verdures i tomàquet  · logurt amb mel	17 · Sopa vegetal amb polenta i fideus  · Pollastre guisat amb poma  · Fruita del temps	18 · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets  · Guisat de llenties i arròs integral, amb sogregit de verdures  · Fruita del temps
21 · Arròs amb ceba, porro i pastanaga  · Truita a la francesa i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades  · Fruita del temps	22 · Crema de llenties vermelles i carbassa  · Espagueti integrals de blat amb salsa de remolatxa, carbassa i tomaquet  · Fruita del temps	23 · Crema suau de verdures de primavera amb sèsam torrat  · Pastís de mill i cigrons amb verdures i tomàquet  · logurt amb mel	24 · Sopa vegetal amb polenta i fideus  · Pollastre guisat amb poma  · Fruita del temps	25 · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets  · Guisat de llenties i arròs integral, amb sogregit de verdures  · Fruits secs
28 · Arròs amb ceba, porro i pastanaga  · Truita a la francesa i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades  · Formatge amb codonyat	29 · Crema de llenties vermelles i carbassa  · Macarrons integrals de blat amb salsa de remolatxa, carbassa i tomaquet  · Fruita del temps	30 · Crema suau de verdures de primavera amb sèsam torrat  · Pastís de mill i cigrons amb verdures i tomàquet  · logurt amb mel	31 · Sopa vegetal amb polenta i fideus  · Pollastre guisat amb poma  · 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](http://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](http://www.ecomenja.com).

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