

# ESCOLA WALDORF EL TIL·LER - BELLATERRA

INFANTIL

MAIG

S/OU

CURS 2017-2018



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