

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

MAIG

CURS 2017-2018



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31 FESTA LLIURE ELECCIÓ	1 FESTA	2 · Cous cous amb verdures · Guisat de carn magra* amb pastanaga i xampinyons · Fruita del temps	3 · Espaguetis a la napolitana · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	4 · Hummus amb sèsam i bastonets · Hamburguesa de vedella* amb patates xip · logurt
7 · Macarrons a la carbonara vegetal · Ous al plat amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps	8 · Trinxat de bleda, pastanaga i patata · Llom* a planxa amb salsa de ceba · logurt	9 · Sopa de peix** amb arròs · Escalopa de pollastre* amb amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	10 · Crema de verdures de primavera amb llavors de carbassa torrades · Lassanya de carns* gratinada amb beixamel · Fruita del temps	11 · Pastís de patata, salsa de tomàquet, ou dur i olives · Peix de llotja segons les millors captures** · logurt
14 · Fideus a la cassola amb verdures · Escalopa de vedella* amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	15 · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Truita de carbassó amb amanida d'enciams i pastanaga · logurt	16 · Sopa vegetal amb galets i polenta · Mandonguilles* a la jardinera amb pèsols frescos · Fruita del temps	17 · Amanida d'arròs amb pernil dolç, tomàquet i olives · Peix de llotja segons les millors captures** · logurt	18 · Crema de lleties vermelles i porros · Croquetes de pollastre* amb amanida d'enciams i pipes de girasol torrades · Fruita del temps
21 · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa de conill* amb amanida d'enciams i sèsam torrat · logurt	22 · Sopa d'au* amb fideus · Carn magra* arrebossada amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	23 · Crema de carbassó amb crostonets* · Timbal de vedella* amb peres · Fruita del temps	24 · Amanida d'espivals amb enciam, olives, tomàquet i salsa pesto* · Peix de llotja segons les millors captures** · Macedònia de fruites amb maduixots	25 · Amanida de cigrons amb tomàquet, tonyina*, ou dur i olives · Pizza hortolana amb verdures, tomàquet i formatge* · Fruita del temps
28 · Espaguetis amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomàquet · Pollastre* al forn amb amanida de colors · Fruita del temps	29 · Amanida de lleties amb pernil dolç, tomàquet i olives · Truita de patates amb amanida d'enciams i sèsam torrat · logurt	30 · Arròs integral amb verdures · Butifarra* al forn amb amanida de tomàquet i olives · Fruita del temps	31 · Mongeta tendra amb patata · Fricandó de vedella* amb pastanaga i xampinyons · 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. 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)