

ESCOLA WALDORF EL TIL·LER - BELLATERRA

PRIMÀRIA I SECUNDÀRIA

DESEMBRE

CURS 2018-2019



S/LACTOSA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la carbonara vegetal amb beguda de civada · Hamburguesa s/lactosa de cigrons i verdures amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Butifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma · Postre de soja 	5 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de verdures amb arròs · Mongeta del ganxet i patata saltejada amb all i julivert · Fruita del temps 	6 <p>FESTIU</p>	7 <p>FESTIU</p>
10 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus a la cassola amb verdures · Escalopa de pollastre amb amanida d'enciams i pipes · Fruita del temps 	11 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Truita s/lactosa de formatge s/lactosa* amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	12 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Guisat de tofu amb nap i verdures · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb galets polenta · Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet · Postre de soja 	14 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i porros · Pizza hortolana amb verdures i tomàquet gratinada amb formatge* s/lactosa · Fruita del temps
17 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassa i patata · Pastís de mill i cigrons amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps 	18 <ul style="list-style-type: none"> · Lleties amb verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	20 <p>MENÚ DE NADAL</p>	
			21 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de Nadal amb galets · Pollastre rostit amb pomes, prunes* i pinyons* · Torró* tipus Xixona s/lactosa 	21 <p>FESTIU</p>

* 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.