

GENER

CURS 2018-2019

| S/OU | DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|--|--|---|
| | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| FESTA | | <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies s/truita · Vegenugets al forn amb amanida d'enciams i germinats · Iogurt Natural | <ul style="list-style-type: none"> · Crema de porros amb crostonets · Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Llenties guisades amb verdures i xoriço* · Bistec a la planxa amb amanida d'enciams i pastanaga · Iogurt Natural | <ul style="list-style-type: none"> · Cous cous amb verdures · Guisat de carn magra de porc* amb castanyes i pastanaga · Fruita del temps |
| | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| <ul style="list-style-type: none"> · Bròquil, col-i-flor, pastanaga i patata gratinats amb beixamel · Escalopa s/ou de pollastre* amb amanida d'enciams i pipes · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral amb verdures · Mandonguilles* s/ou a la jardinera · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcianos · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Escudella completa Sopa de galets · Pilota* s/ou, verdures i cigrons · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i verdures de tardor · Pizza hortolana amb verdures i tomàquet · Iogurt Natural | |
| | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la carbonara vegetal s/ou · Pollastre* a la planxa, amb salsa de tomàquet i amanida · Iogurt Natural | <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb arròs · Hamburguesa de vedella s/ou amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades · Lassanya de llenties i arròs integral gratinada amb beixamel · Iogurt Natural | <ul style="list-style-type: none"> · Pastís de patata, salsa de tomàquet, carbassó i olives · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps | |
| | 28 | 29 | 30 | 31 | |
| <ul style="list-style-type: none"> · Fideus a la cassola amb verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Bistec a la planxa amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets i polenta · Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · 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.