

FEBRER

CURS 2018-2019

**CELÍAC**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
				1 · Crema de lleties vermelles i porros · Croquetes s/gluten de mill i verdures amb amanida d'enciams i poma · logurt Natural	
	4	5	6	7	8
<b>FESTA</b> <b>LLIURE DISPOSICIÓ</b>	· Lleties amb verdures · Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Macarrons d'arròs amb salsa de formatge s/gluten i olives negres · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	· Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets s/gluten · Hamburguesa de pollastre* amb xips de moniato · logurt Natural	· Arròs amb salsa de tomàquet · Timbal s/gluten de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps	
	11	12	13	14	15
· Espaguetis d'arròs napolitana · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Cigrons estofats amb patates i verdures · Hamburguesa s/gluten de quinoa i verdures amb salsa de tomàquet · logurt Natural	· Crema de verdures d'hivern amb crostonets s/gluten · Llom de porc* a planxa amb salsa de ceba i amanida · Fruita del temps	· "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Fricandó s/gluten de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps	· Arròs integral a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	
	18	19	20	21	22
· Crema de carbassa i porro amb crostonets s/gluten · Pollastre* guisat amb poma i curri · Fruita del temps	· Arròs al forn amb sofregit i costelló · Truita d'espinaacs amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	· Lleties guisades amb patata i verdures · Salsitxes de porc* amb tomàquet i amanida · logurt Natural	· Macarrons d'arròs amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	· Gratinat de pastanaga, bleda i patata · Falàfel de cigrons i sofregit s/gluten amb amanida d'enciams i olives · logurt Natural	
	25	26	27	<b>Dijous Gras</b> 28	
· Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i pernil dolç) · Tofu a la planxa amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps	· Crema de porros amb crostonets s/gluten · Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps	· Sopa de galets s/gluten · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	· Mongeta del Carai i patata saltada amb all i julivert · Truita de butifarra d'ou* amb amanida d'enciams i olives · logurt Natural		

\* 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).