

FEBRER

CURS 2018-2019

S/OU

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