

ABRIL

CURS 2018-2019

VEGETARIÀ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis napolitana · Hamburguesa de cigrons verdures amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps 	2 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps 	3 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures De primavera amb crostonets · Pastís de mill i mongeta del carai, amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Fricandó de tofu amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps 	5 <ul style="list-style-type: none"> · Hummus de lleties amb bastonets · Arròs integral a la cassola amb verdures · Fruita del temps
8 <ul style="list-style-type: none"> · Gratinat de pastanaga, bleda i patata · Pastís de polenta i cigrons gratinat amb formatge, i amanida · Fruita del temps 	9 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs al forn amb sofregit i verdures · Salsitxes de tofu a les fines herbes amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	10 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai saltada amb patata · Hamburguesa de seità i bolets, amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps 	11 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i porros · Macarrons amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Fruita del temps 	12 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro amb crostonets · Falàfel de cigrons, sofregit i picada vegetal amb amanida d'enciams i · Fruita del temps
19 <ul style="list-style-type: none"> · Col.i.flor, bròquil, pastanaga i patata gratinats amb beixamel de civada · Hamburguesa d'arròs i algues amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	20 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral amb verdures · Mandonguilles s/llet vegetals a la jardinera · Fruita del temps 	23 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de porros amb crostonets · Seità arrebossat amb amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps 	24 <ul style="list-style-type: none"> · Lleties guisades amb verdures · Hamburguesa de quinoa arròs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	25 <ul style="list-style-type: none"> · Cous cous amb verdures · Tofu de fines herbes a la planxa amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps
29 <ul style="list-style-type: none"> · Col.i.flor, bròquil, pastanaga i patata gratinats amb beixamel de civada · Hamburguesa d'arròs i algues amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	30 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral amb verdures · Mandonguilles s/llet vegetals a la jardinera · 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.