

ESCOLA MOGENT - LA ROCA DEL VALLÈS



ABRIL

CURS 2018-2019

S/OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 · Espaguetis napolitana · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps	2 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · Iogurt Natural	3 · Cigrons estofats amb patates i verdures · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps	4 · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Llom de porc* a planxa amb salsa de ceba i amanida · Fruita del temps	5 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps
8 · Gratinat de pastanaga, bleda i patata · Pollastre* guisat amb poma i curri · Fruita del temps	9 · Arròs al forn amb sofregit i costelló · Hamburguesa de vedella* s/ou amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps	10 · Mongeta del carai saltada amb patata · Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet · Iogurt Natural	11 · Macarrons amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps	12 SORTIDA D'ESCOLA DINAR DE PICNIC
15	16	17	18	19
22 · Arròs 3 delícies s/truita · Bistec de vedella* amb amanida d'enciams i germinats · Iogurt Natural	23 · Cous cous amb verdures · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps	24 · Crema de porros amb crostonets · Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps	25 · Llenties guisades amb verdures · Llom de porc* amb amanida d'enciams i pastanaga · Iogurt Natural	26
29 · Bròquil, col-i-flor, pastanaga i patata gratinats amb beixamel · Escalopa s/ou de pollastre* amb amanida d'enciams i pipes · Fruita del temps	30 · Arròs a la cassola amb sèpia** · Mandonguilles* s/ou a la jardinera · Fruita del temps	31	32	33

* 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.