

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 · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat s/ou amb salsa de tomàquet · logurt Natural	3 · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Llom de porc* a planxa amb salsa de ceba i amanida · Fruita del temps	4 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · 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 · Butifarra de porc* al forn amb amanida d'enciams i poma · logurt Natural	11 · Macarrons amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps	12 · Crema de carbassa i porro amb crostonets · Falàfel s/ou de cigrons, sofregit i picada vegetal amb amanida d'enciams i · logurt Natural
15	16	17	18	19
22	23 · Arròs 3 delícies s/truita · Vegenugets al forn amb amanida d'enciams i germinats · logurt Natural	24 · Crema de porros amb crostonets · Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps	25 · Llenties guisades amb verdures · Bistec a la planxa amb amanida d'enciams i pastanaga · logurt Natural	26 · Cous cous amb verdures · Guisat de carn magra de porc* amb castanyes i pastanaga · Fruita del temps
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 integral amb verdures · 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](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).