

ESCOLA WALDORF EL TIL·LER - BELLATERRA

INFANTIL

MAIG

CURS 2018-2019



CELÍAC

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		FESTIU	1 · Sopa vegetal amb polenta i fideus d'arròs · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps	2 · Crema de carbassó i porro s/patata amb crostonets pa s/gluten · Guisat de llenties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps
	6 FESTIU	7 · Crema de verdures de primavera amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · logurt Natural	8 · Sopa vegetal amb polenta i fideus d'arròs · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps	9 · Crema de carbassó i porro s/patata amb crostonets pa s/gluten · Guisat de llenties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps
13 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita de formatge i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades · Fruita del temps	14 · Crema de llenties vermelles i verdures · Espaguetis d'arròs amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps	15 · Crema de verdures de primavera amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · logurt Natural	16 · Sopa vegetal amb polenta i fideus d'arròs · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps	17 · Crema de carbassó i porro s/patata amb crostonets pa s/gluten · Guisat de llenties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps
20 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita de formatge i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades · Fruita del temps	21 · Crema de llenties vermelles i verdures · Macarrons d'arròs amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps	22 · Crema de verdures de primavera amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · logurt Natural	23 · Sopa vegetal amb polenta i fideus d'arròs · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps	24 · Crema de carbassó i porro s/patata amb crostonets pa s/gluten · Guisat de llenties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps
27 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita de formatge i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades · Fruita del temps	28 · Crema de llenties vermelles i verdures · Espaguetis d'arròs amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps	29 · Crema de verdures de primavera amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · logurt Natural	30 · Sopa vegetal amb polenta i fideus d'arròs · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps	31 · Crema de carbassó i porro s/patata amb crostonets pa s/gluten · Guisat de llenties i arròs integral, amb sofregit de verdures · 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.