

ESCOLA WALDORF EL TIL·LER - BELLATERRA

INFANTIL

MAIG

CURS 2018-2019



S/OU

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