

SETEMBRE

CURS 2019-2020

S/OU							
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES			
<div style="background-color: black; color: white; padding: 5px; text-align: center;">S/OU</div>		<div style="background-color: black; color: white; padding: 5px; text-align: center;">S/OU</div>		<div style="background-color: black; color: white; padding: 5px; text-align: center;">S/OU</div>		12	13
						<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs amb salsa de tomàquet</li> <li>· Bistec* a la planxa amb amanida d'enciams i sèsam torrat</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema freda de carbassó amb crostonets</li> <li>· Carn magra* arrebossada s/ou amb amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>· logurt natural</li> </ul>
16		17		18		19	
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Espaguetis napolitana</li> <li>· Llom de porc* a la planxa, amb salsa de tomàquet i amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets</li> <li>· Seità arrebossat amb salsa de tomàquet</li> <li>· logurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures d'estiu amb crostonets</li> <li>· Hamburguesa de pollastre* amb xips de patata</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Mongeta tendra amb patata</li> <li>· Fricandó de vedella* amb xampinyons i pastanaga</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral a la cassola amb verdures</li> <li>· Peix de llotja segons les millor captures**</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>			
23		24		25		26	
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Gratinat de bleida, carbassa i patata</li> <li>· Pollastre* guisat amb poma i curri</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs al forn amb sofregit i costelló*</li> <li>· Hamburguesa de vedella* s/ou amb amanida d'enciams i magrana</li> <li>· logurt natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Amanida de lleties amb pernil dolç, tomàquet i olives</li> <li>· Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciams i poma</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet</li> <li>· Peix de llotja segons les millor captures**</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassa i porro amb crostonets</li> <li>· Falàfel s/ou de cigrons, sofregit i picada vegetal amb amanida d'enciams i</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>			
30							
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs 3 delícies s/truita</li> <li>· Vegenugets al forn amb amanida d'enciams i germinats</li> <li>· logurt natural</li> </ul>							

\* 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).

