

SETEMBRE

CURS 2019-2020

S/LACTOSA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			12	13
			<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs amb salsa de tomàquet</li> <li>· Truita s/lactosa de patata 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 amb amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
	16	17	18	19
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Espaguetis napolitana</li> <li>· Hamburguesa de pollastre* amb amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>· Postre de soja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Amanida de cigrons amb tomàquet, tonyina*, carbassó i olives</li> <li>· Truita s/lactosa de formatge s/lactosa amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa d'au amb fideus</li> <li>· Llom* a planxa amb salsa de ceba i amanida</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 pastanaga, bleda i patata amb formatge s/lactosa</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>· Truita s/lactosa de carbassó amb amanida d'enciams i pipes de girasol</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Amanida de llenties amb pernil dolç, tomàquet i olives</li> <li>· Butifarra* al forn amb amanida d'enciams i olives</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>· Postre de soja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassa i porros amb crostonets</li> <li>· Hamburguesa s/lactosa de vedella* amb salsa de ceba i amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
	30			
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs 3 delícies amb truita s/lactosa</li> <li>· Bistec de vedella* amb amanida d'enciams i germinats</li> <li>· Fruita del temps</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).

