

ESCOLA PEREZ SALA - VILASSAR DE MAR



DESEMBRE

CURS 2019-2020

S/OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la carbonara vegetal s/ou · Pollastre* a la planxa, amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps 	3 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'alls · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Hamburguesa de vedella s/ou i amanida d'enciams i magrana · logurt Natural 	5 <ul style="list-style-type: none"> · FESTA 	6 <ul style="list-style-type: none"> · FESTIU
9 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus a la cassola amb verdures · Bistec* a la planxa amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	10 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps 	11 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets i polenta · Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet · Fruita del temps 	12 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i porros · Bistec* de vedella a la planxa amb amanida d'enciams i olives · logurt Natural
16 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de blada, carbassa i patata · Carn magra* arrebossada s/ou amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	17 <ul style="list-style-type: none"> · Lleties amb verdures · Pollastre* a la planxa, amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps 	18 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb patata i verdures · Hamburguesa de gall dindi* amb amanida d'enciam i olives · logurt Natural 	MENÚ DE NADAL <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de Nadal amb galets · Canelons s/ou de pollastre, porc i vedella gratinats amb beixamel · Torró* tipus Xoco Cruixent s/ou

* 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.