

ESCOLA WALDORF EL TIL·LER - BELLATERRA

PRIMÀRIA I SECUNDÀRIA

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 · Iogurt Natural 	3 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de tardor amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · Fruita del temps 	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 de vedella 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"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Guisat de tofu amb nap i verdures · Fruita del temps 	12 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb galets i polenta · Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i porros · Croquetes s/ou de mill i verdures amb amanida d'enciams i poma · Iogurt Natural
16 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassa i patata · Carn magra de porc arrebossada s/ou amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	17 <ul style="list-style-type: none"> · Llenties 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 MENÚ DE NADAL	
			20 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de Nadal amb galets · Pollastre rostit amb pomes, prunes* i pinyons* · Torró* tipus Xoco Cruixent s/ou 	20 <ul style="list-style-type: none"> · FESTIU

* 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.