

ESCOLA PÉREZ SALA - VILASSAR DE MAR



FEBRER

CURS 2019-2020

S/OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassa i patata · Carn magra* arrebossada s/ou amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · Llenties amb verdures · Pollastre* a la planxa, amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps 	5 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons amb salsa de formatge i olives negres · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	6 <ul style="list-style-type: none"> · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets · Hamburguesa de pollastre* amb xips de moniato · Iogurt Natural 	7 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Fricandó de vedella* amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps
10 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis napolitana · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps 	11 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Iogurt Natural 	12 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb crostonets · Llom de porc* a planxa amb salsa de ceba i amanida · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Timbal s/ou de vedella* amb salsa de peres · Fruita del temps 	14 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps
17 <ul style="list-style-type: none"> · Gratinat de pastanaga, bleda i patata · Pollastre* guisat amb poma i curri · Fruita del temps 	18 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs al forn amb sofregit i cananes · Hamburguesa de vedella* s/ou amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps 	Dijous Gras 20 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del Carai i patata saltada amb all i iulivert · Botifarra* al forn amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural 	21 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro amb crostonets · Mandonguilles* s/ou a la jardinera · Fruita del temps
24 <p>FESTA</p> <p>LLIURE DISPOSICIÓ</p>	25 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de porros amb crostonets · Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies s/truita · Escalopa de vedella* s/ou amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Llenties guisades amb verdures · Peix de llotja segons les millor captures** · Iogurt Natural 	28 <ul style="list-style-type: none"> · Cous cous amb verdures · Guisat de carn magra de porc* amb castanyes i pastanaga · 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.