

ESCOLA WALDORF EL TIL·LER - BELLATERRA

INFANTIL

FEBRER

CURS 2019-2020



OVOLACTOVEGETARIÀ

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|--|---|---|---|
| 3 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita de formatge i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades · Fruita del temps | 4 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i carbassa · Espagueti amb salsa de remolatxa, carbassa i tomaquet · Fruita del temps | 5 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · logurt Natural | 6 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus · Tofu guisat amb poma · Fruita del temps | 7 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps |
| 10 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita de formatge i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades · Fruita del temps | 11 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i carbassa · Macarrons amb salsa de remolatxa, carbassa i tomaquet · Fruita del temps | 12 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · logurt Natural | 13 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus · Tofu guisat amb poma · Fruita del temps | 14 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps |
| 17 <p>FESTA</p> <p>LLIURE DISPOSICIÓ</p> | 18 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i carbassa · Espagueti amb salsa de remolatxa, carbassa i tomaquet · Fruita del temps | 19 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · logurt Natural | 20 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus · Tofu guisat amb poma · Fruita del temps | 21 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps |
| 24 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita de formatge i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades · Fruita del temps | 25 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i carbassa · Macarrons amb salsa de remolatxa, carbassa i tomaquet · Fruita del temps | 26 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · logurt Natural | 27 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus · Tofu guisat amb poma · Fruita del temps | 28 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · 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.