

MARÇ

CURS 2019-2020

S/LACTOSA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 <ul style="list-style-type: none"> · Col.i.flor, bròquil, pastanaga i patata gratinats amb beixamel de · Escalopa de pollastre* amb amanida d'enciams i pipes · Fruita del temps 	3 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs a la cassola amb sèpia** · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcianos amb beixamel de beguda de civada · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Postre de soja 	5 <ul style="list-style-type: none"> · Escudella completa Sopa de galets · Pilota* s/lactosa, verdures i cigrons · Fruita del temps 	6 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i verdures · Pizza hortolana amb verdures i tomàquet gratinada amb formatge* s/lactosa · Fruita del temps
9 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la carbonara vegetal amb beguda de civada · Ous al plat amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps 	10 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Llom de porc a planxa amb salsa de ceba i amanida · Postre de soja 	The English Day 11 <ul style="list-style-type: none"> · Home made Soup of the day · Fish & Chips · Fresh fruit 	12 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel s/lactosa · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Pastís de patata, salsa de tomàquet, ou dur i olives · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps
16 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus a la cassola amb verdures · Truita s/lactosa de pastanaga amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	17 <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 	18 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb arròs · Timbal s/lactosa de vedella* amb salsa de peres · Fruita del temps 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Postre de soja 	20 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i porros · Croquetes s/lactosa de mill i verdures amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps
23 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassa i patata · Carn magra de porc* arrebossada amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	24 <ul style="list-style-type: none"> · Lleties amb verdures · Truita s/lactosa de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	25 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons amb salsa de formatge s/lactosa i olives negres · Peix de llotja segons les millors captures** · Postre de soja 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets · Hamburguesa de pollastre* amb xips de patata · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps
30 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis napolitana · Truita s/lactosa de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Postre de soja 	31 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Fricandó de vedella* amb xampinyons 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.