

MARÇ

CURS 2019-2020

HALAL

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 · Bròquil, col·i-flor, pastanaga i patata gratinats amb beixamel · Escalopa de pollastre* amb amanida d'enciams i pipes · Fruita del temps	3 · Arròs integral amb verdures · Vegenugets de tofu i formatge al forn amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	4 · Macarrons marcianos · Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida · Fruita del temps	5 · Escudella completa s/porc Sopa de galets · Pilota* s/porc, verdures i cigrons · Fruita del temps	6 · Crema de lleties vermelles i verdures d'hivern · Pizza hortolana amb verdures i tomàquet · logurt Natural
9 · Espaguetis a la carbonara vegetal · Ous al plat amb salsa de tomàquet i amanida · logurt Natural	10 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'alls · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps	11 · Sopa de peix** amb arròs · Hamburguesa de vedella* s/porc, amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps	12 · Lleties guisades amb verdures · Pollastre* guisat amb poma i curri · logurt Natural	13 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ
16 · Fideus a la cassola amb verdures · Truita de formatge* amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	17 · Mongeta del ganxet* guisada amb patata i verdures · Pit de gall dindi* al forn amb all i julivert, i amanida d'enciams · Fruita del temps	18 · Sopa d'au amb galets i polenta · Bistec de vedella* amb salsa de tomàquet · Fruita del temps	19 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	20 · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Croquetes de pollastre*, amb amanida d'enciams i poma · logurt Natural
23 · "Trinxat" de bleda, carbassa i patata · Escalopa de gall dindi* amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	24 · Lleties amb verdures · Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	25 · Macarrons amb salsa de formatge i olives negres · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	26 · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets · Hamburguesa de pollastre* amb xips de patata · logurt Natural	27 · Arròs amb salsa de tomàquet · Timbal de vedella* s/porc amb salsa de peres · Fruita del temps
30 · Espaguetis napolitana · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	31 · Cigrons estofats amb patates i verdures · Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i sèsam torrat · logurt Natural			

* 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.