

IEA ORIOL MARTORELL - BARCELONA

SECUNDÀRIA

SETEMBRE

CURS 2020-2021



S/OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
14 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Veguuggets al forn amb amanida d'enciams i germinats · logurt Natural 	15 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassó amb crostonets · Pollastre al forn amb amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps 	16 <ul style="list-style-type: none"> · Lenties guisades amb verdures i xoriço* · Bistec a la planxa amb amanida d'enciams i pastanaga · logurt Natural 	17 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb mill i cigrons · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	18 <ul style="list-style-type: none"> · Cous cous amb verdures · Carn magra arrebossada s/ou amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps
21 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la carbonara vegetal · Pollastre a la planxa, amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps 	22 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps 	23 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb arròs · Hamburguesa de vedella s/ou amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps 	24 <p style="text-align: center;">FESTA LOCAL</p>	25 <ul style="list-style-type: none"> · Pastís de patata, salsa de tomàquet, carbassó i olives · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps
28 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus a la cassola amb verdures · Timbal s/ou de vedella amb salsa · Fruita del temps 	29 <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 	30 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · logurt Natural 	<p style="font-size: 2em;">/</p>	

* 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.