

ESCOLA WALDORF EL TIL·LER - BELLATERRA

INFANTIL

SETEMBRE

CURS 2020-2021



OVOLACTOVEGETARIÀ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
14 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral amb ceba i pastanaga · Truita de formatge i amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	15 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i carbassa · Macarrons de blat amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps 	16 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'enciams, pastanaga, flocs d'alga nori, tomàquet i olives · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · Fruita del temps 	17 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus · Tofu guisat amb poma · logurt natural 	18 <ul style="list-style-type: none"> · Crema freda de carbassó s/patata amb crostonets · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps
21 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral amb ceba i pastanaga · Truita de formatge i amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	22 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i carbassa · Espaguetis de blat amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps 	23 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'enciams, pastanaga, flocs d'alga nori, tomàquet i olives · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · Fruita del temps 	24 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus · Tofu guisat amb poma · logurt natural 	25 <ul style="list-style-type: none"> · Crema freda de carbassó s/patata amb crostonets · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps
28 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral amb ceba i pastanaga · Truita de formatge i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades · Fruita del temps 	29 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i carbassa · Macarrons de blat amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps 	30 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'enciams, pastanaga, flocs d'alga nori, tomàquet i olives · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · 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.