

JUNY

CURS 2020-2021

S/OU

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|--|---|---|---|
| | | 1 | 2 | 3 |
| | <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis marcianos · Pollastre a la planxa, amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Hummus de cigrons amb bastonets · Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassó amb col·irave i crostonets · Vegenuggets fets a la cuina*** s/ou, al forn amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'arròs amb olives, pastanaga, tomàquet i tonyina** · Peix de llotja segons les millors captures** · logurt Natural |
| | 7 | 8 | 9 | 10 |
| <ul style="list-style-type: none"> · Fideus a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps | <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 | <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassó i bleada amb crostonets · Pastís de mill i carn, amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lleties amb pernil dolç, pastanaga i olives · Seità arrebossat s/ou amb salsa de tomàquet · logurt Natural |
| | 14 | 15 | 16 | 17 |
| <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Pollastre guisat amb poma i curri · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis napolitana · Pollastre a la planxa amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'estiu amb crostonets · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina*** s/ou, amb amanida · logurt Natural | <ul style="list-style-type: none"> · Amanida de cigrons, amb tomàquet, tonyina** i olives · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps |
| | 21 | 22 | | |
| <ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'arròs amb carbassó ratllat, olives i tomàquet · Pit de gall dindi* al forn amb amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons amb salsa de tomàquet · Carn magra de porc arrebossada s/ou amb amanida d'enciams i pastanaga · Gelat* s/ou | | | |

* 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.

*** les mandonguilles vegetals són elaborades a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tofu