

ESCOLA WALDORF EL TIL·LER - BELLATERRA

INFANTIL

JUNY

CURS 2020-2021



S/OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1	2	3	4
	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i verdures · Macarrons amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb fideus · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassó i porro amb crostonets · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps
7	8	9	10	11
<ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Tofu a la planxa, amanida d'enciams i sèsam torrat · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i verdures · Espagueti amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb fideus · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassó i porro amb crostonets · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps
14	15	16	17	18
<ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Tofu a la planxa, amanida d'enciams i sèsam torrat · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i verdures · Macarrons amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb fideus · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassó i porro amb crostonets · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps
21	22			
<ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Tofu a la planxa, amanida d'enciams i sèsam torrat · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i verdures · Espagueti amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · 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.

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