

ESCOLA WALDORF EL TIL·LER - BELLATERRA

INFANTIL

OCTUBRE

CURS 2021-2022



| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|--|--|--|---|
| | | | | 1 · Crema de verdures de tardor s/patata amb crostonets · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps |
| 4 · Arròs integral amb ceba i pastanaga · Truita a la francesa i amanida d'enciams i sèsam torrat · Fruita del temps | 5 · Crema de lleties vermelles i carbassa · Espaguetis de blat amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps | 6 · 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 | 7 · Sopa vegetal amb fideus · Pollastre guisat amb poma · logurt natural | 8 · Crema de verdures de tardor s/patata amb crostonets · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps |
| 11 · Arròs integral amb ceba i pastanaga · Truita a la francesa i amanida d'enciams i sèsam torrat · Fruita del temps | 12 FESTIU | 13 · 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 | 14 · Sopa vegetal amb fideus · Pollastre guisat amb poma · logurt natural | 15 · Crema de verdures de tardor s/patata amb crostonets · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps |
| 18 · Arròs integral amb ceba i pastanaga · Truita a la francesa i amanida d'enciams i sèsam torrat · Fruita del temps | 19 · Crema de lleties vermelles i carbassa · Macarrons de blat amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps | 20 · 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 | 21 · Sopa vegetal amb fideus · Pollastre guisat amb poma · logurt natural | 22 · Crema de verdures de tardor s/patata amb crostonets · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps |
| 25 · Arròs integral amb ceba i pastanaga · Truita a la francesa i amanida d'enciams i sèsam torrat · Fruita del temps | 26 · Crema de lleties vermelles i carbassa · Espaguetis de blat amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps | 27 · 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 | 28 · Sopa vegetal amb fideus · Pollastre guisat amb poma · logurt natural | 29 · Crema de verdures de tardor s/patata amb crostonets · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · 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.