

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	6	7	8	9
	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Vegenugets s/gluten fets a la cuina amb amanida d'enciams i germinats · logurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Lenties guisades amb verdures i xoriço* · Truita de patata amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Mill amb verdures · Guisat de gall dindi* amb pastanaga i patata · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis d'arròs amb tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Fruita del temps
12	13	14	15	16
<ul style="list-style-type: none"> · Gratinat de pastanaga, bleda i patata · Pollastre guisat amb poma i curri · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita d'espinaacs amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons d'arròs amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · logurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai saltada amb patata · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro amb crostonets s/gluten · Falàfel de cigrons i sofregit s/gluten amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps
19	20	21	22	23
<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis d'arròs napolitana · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i remolatxa · logurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Carn magra de porc arrebossada s/gluten amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb arròs · Hamburguesa s/gluten de vedella amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets s/gluten · Lassanya s/gluten de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel s/gluten · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Pastís de patata, salsa de tomàquet, ou dur i olives · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps
26	27	28	29	30
<ul style="list-style-type: none"> · Fideus s/gluten a la cassola amb verdures · Truita de formatge* amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb patata i verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets i polenta · Salsitxes* de porc amb xips de patata i amanida · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i porros · Mandonguilles vegetals*** s/gluten a la jardinera · logurt Natural

* 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