

DESEMBRE

CURS 2021-2022

CELÍAC

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1	2	3
		<ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb arròs · Mandonguilles <i>s/gluten</i> de porc* i vedella a la jardinera · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons <i>s/gluten</i> amb salsa de tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** <i>cuinat s/gluten amb amanida</i> · logurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Vegenugets <i>s/gluten fets a la cuina***</i>, al forn amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps
6	7	8	9	10
FESTIU	LLIURE DISPOSICIÓ	FESTIU	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Pit de gall dindi* arrebossat <i>s/gluten</i> amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro <i>amb crostonets s/gluten</i> · Espaguetis <i>s/gluten</i> bolonyesa vegetal · Fruita del temps
13	14	15	16	17
<ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets <i>s/gluten</i> i polenta · Timbal de vedella <i>s/gluten</i>, amb salsa de peres · 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"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Hamburguesa vegetariana <i>s/gluten</i> feta a la cuina***, amb amanida · logurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons d'arròs amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** <i>cuinat s/gluten amb amanida</i> · Fruita del temps
20	21	22		
<ul style="list-style-type: none"> · Llenties amb patata i verdures · Truita de pastanaga i patata amb amanida d'enciams i sèsam torrat · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de temporada amb crostonets <i>s/gluten</i> · Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps 	<p>MENÚ DE NADAL</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de Nadal amb pasta <i>s/gluten</i> · Pollastre* rostit amb pomes, prunes* i pinyons* · Torró* tipus Xixona <i>s/gluten</i> 		

* 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 hamburgueses, vegenugets i mandonguilles vgetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni to