

FEBRER

CURS 2021-2022

CELÍAC

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|--|---|--|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| | <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis d'arròs napolitana · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb mill i cigrons · Fricandó s/gluten de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · logurt Natural | <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i porros · Pizza s/gluten hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| <ul style="list-style-type: none"> · Bròquil i patata al vapor · Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i magrana · logurt Natural | <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons d'arròs marcianos s/gluten · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb arròs · Mandonguilles* s/gluten a la jardinera · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb patata i verdures · Hamburguesa vegetariana s/gluten feta a la cuina***, amb amanida · Fruita del temps |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita de formatge amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Escudella complerta Sopa de pasta d'arròs · Pilota* s/gluten, verdures i cigrons · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Lleties guisades amb patata i verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porros · Vegenugets s/gluten fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons d'arròs amb salsa de tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · logurt Natural |
| 21 | 22 | 23 | Dijous Gras 24 | 25 |
| <ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de bleda, carbassa i patata · Hamburguesa s/gluten de pollastre* amb amanida d'enciams i pastanaga · logurt Natural | <ul style="list-style-type: none"> · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets i amanida · Espaguetis d'arròs a la carbonara vegetal · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del Carai i patata saltada amb all i julivert · Truita de botifarra d'ou* amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Pit de gall dindi* al forn amb xips de moniato · Fruita del temps |
| 28 | | | | |
| FESTA | | | | |
| LLIURE DISPOSICIÓ | | | | |

* 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