

ESCOLA WALDORF EL TIL·LER - BELLATERRA

INFANTIL

FEBRER

CELÍAC

CURS 2021-2022



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i carbassa · Macarrons d'arròs amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps 	2 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de tardor amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · logurt Natural 	3 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus d'arròs · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets pa s/gluten · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps
7 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita a la francesa i amanida d'enciams i sèsam torrat · Fruita del temps 	8 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i carbassa · Espaguetis d'arròs amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps 	9 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de tardor amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · logurt Natural 	10 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus d'arròs · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps 	11 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets pa s/gluten · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · logurt Natural
14 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita a la francesa i amanida d'enciams i sèsam torrat · Fruita del temps 	15 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i carbassa · Macarrons d'arròs amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps 	16 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de tardor amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · logurt Natural 	17 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus d'arròs · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps 	18 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets pa s/gluten · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps
21 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita a la francesa i amanida d'enciams i sèsam torrat · Fruita del temps 	22 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i carbassa · Espaguetis d'arròs amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps 	23 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de tardor amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · logurt Natural 	24 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus d'arròs · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps 	25 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets pa s/gluten · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · logurt Natural
28 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita a la francesa i amanida d'enciams i sèsam torrat · 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 hamburgueses, vegenugets i mandonguilles vgetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni to