

ABRIL

CURS 2021-2022

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1				<ul style="list-style-type: none"> · Lenties guisades amb verdures i xoriço* · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps
4				8
<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis napolitana · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i remolatxa · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Bròquil i patata al vapor · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà i amanida amb sèsam torrat · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral amb verdures · Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Escudella completa de galets · Pilota*, verdures i cigrons · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de lenties vermelles i porros · Pizza* hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps
VACANCES DE SETMANA SANTA				
19				22
20				21
25				28
26				29
<ul style="list-style-type: none"> · Cous cous integral amb verdures · Estofat de gall dindi* amb poma i curri · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural · Mongeta del carai guisades amb patata i verdures · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de bleda, carbassa i patata · Fricandó de vedella amb pastanaga i xampinyons · Fruita del temps · Col i patata amb oli d'all · Carn magra de porc* arrebossada amb amanida d'enciams i pastanaga · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcianos · Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida · Fruita del temps · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina***, amb amanida · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb patata i verdures · Croquetes de mill i verdures amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millor captures** · 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 vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tó