

ESCOLA WALDORF EL TIL·LER - BELLATERRA

INFANTIL

ABRIL

CURS 2021-2022



CELÍAC

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|--|---|--|
| | | | | 1 · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets pa s/gluten · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · logurt Natural |
| 4 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita a la francesa i amanida d'enciams i sèsam torrat · Fruita del temps | 5 · Crema de lleties vermelles i carbassa · Espaguetis d'arròs amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps | 6 · Crema de verdures de primavera amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · logurt Natural | 7 · Sopa vegetal amb polenta i fideus d'arròs · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps | 8 · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets pa s/gluten · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · logurt Natural |

VACANCES DE SETMANA SANTA

| | | | | |
|--|--|---|--|---|
| | 19 · Crema de lleties vermelles i carbassa · Macarrons d'arròs amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps | 20 · Crema de verdures de primavera amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · logurt Natural | 21 · Sopa vegetal amb polenta i fideus d'arròs · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps | 22 · 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 |
| 25 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita a la francesa i amanida d'enciams i sèsam torrat · Fruita del temps | 26 · Crema de lleties vermelles i carbassa · Espaguetis d'arròs amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps | 27 · Crema de verdures de primavera amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · logurt Natural | 28 · Sopa vegetal amb polenta i fideus d'arròs · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps | 29 · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets pa s/gluten · Guisat de lleties i arròs integral, amb sofregit de verdures · 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 hamburgueses, vegenugets i mandonguilles vgetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tó