

ABRIL

CURS 2021-2022

## OVO LACTO VEGETARIÀ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1				<ul style="list-style-type: none"> <li>· Lenties guisades amb verdures</li> <li>· Pastís de mill i verdures amb salsa de tomàquet i amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
4				8
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Espaguetis napolitana</li> <li>· Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i remolatxa</li> <li>· logurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Bròquil i patata al vapor</li> <li>· Fricandó de seità amb patata i xampinyons</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral amb verdures</li> <li>· Mongeta del ganxet i patata saltejada amb all i julivert</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Escudella vegetal de galets</li> <li>· Pilota vegetal, verdures cigrons</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa</li> <li>· Crema de lenties vermelles i porros</li> <li>· Pizza* hortolana amb verdures i tomàquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
<b>VACANCES DE SETMANA SANTA</b>				
19				22
20				21
25				28
26				29
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Cous cous integral amb verdures</li> <li>· Estofat de tofu amb poma i curri</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Mongeta del carai guisades amb patata i verdures</li> <li>· Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i remolatxa</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Col i patata amb oli d'all</li> <li>· seità arrebossat amb salsa de tomàquet i amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>· logurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives)</li> <li>· Hamburguesa vegetariana feta a la cuina***, amb amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p><b>FESTA</b></p> <p><b>LLIURE DISPOSICIÓ</b></p>

\* 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](http://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](http://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 t