

# ESCOLA CAMINS - LES FRANQUESES DEL VALLÈS



JUNY  
CELÍAC

CURS 2020-2021

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1	2
		<ul style="list-style-type: none"> <li>· Amanida d'arròs amb olives, pastanaga i tomàquet</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Espaguetis d'arròs al pesto</li> <li>· Timbal s/gluten de vedella amb salsa de pomes</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de llenties vermelles i verdures de primavera</li> <li>· Croquetes s/gluten de mill i pastanaga amb amanida d'enciams i carbassó ratllat</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
	6	7	8	9
<b>FESTIU</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons d'arròs napolitana</li> <li>· Truita de carbassó amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral guisat amb verdures</li> <li>· Ales de pollastre ecològic cruixents amb amanida d'enciams i cogombre</li> <li>· logurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Ensaladilla russa amb maionesa s/ou</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Amanida de llenties amb pernil dolç, pastanaga i olives</li> <li>· Pizza* s/gluten hortolana amb verdures i tomàquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
	13	14	15	16
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs guisat amb ceba i pastanaga</li> <li>· Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciams i remolatxa</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Mongeta tendra amb patata</li> <li>· Guisat de gall dindi* amb xampinyons</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Amanida d'espirls d'arròs amb enciam, olives i tomàquet</li> <li>· Truita jardineria amb amanida d'enciams i cogombre</li> <li>· logurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassó amb crostonets s/gluten</li> <li>· Hamburguesa vegetariana s/gluten feta a la cuina***, amb amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Amanida de cigrons, amb tomàquet, tonyina* i olives</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
	20	21	22	
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Amanida d'arròs amb carbassó ratllat, tonyina* i tomàquet</li> <li>· Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i cogombre</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Taboulé (amanida de mill, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta)</li> <li>· Llenties guisades amb ceba i patata</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Espaguetis d'arròs amb salsa de tomàquet</li> <li>· Carn magra de porc arrebossada s/gluten amb amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>· Gelat* s/gluten</li> </ul>		

\* 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 mandonguilles vegetals són elaborades a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tofu