

IEA ORIOL MARTORELL - BARCELONA

PRIMÀRIA

DESEMBRE

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1	2
			<ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb fideus · Butifarra* al forn amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Vegenugets fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps
5	6	7	8	9
<ul style="list-style-type: none"> · Lenties amb patata i verdures · Truita de formatge* amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	FESTIU	<ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Timbal de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps 	FESTIU	LLIURE DISPOSICIÓ
12	13	14	15	Menús del món: ITÀLIA
<ul style="list-style-type: none"> · Arròs a la cassola amb verdures · Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Gratinat de bleda, carbassa i patata · Pit de gall dindi* al forn amb amanida d'enciams i sèsam torrat · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons amb salsa de tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** i amanida · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa minestrone (sopa amb pasta i juliana de verduretes) · Pizza* amb bolonyesa de carns · logurt amb stracciatella*
19	20	MENÚ DE NADAL 21		
<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern · Espaguetis carbonara · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb patata i verdures · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa de Nadal amb galets · Pollastre rostit amb pomes i prunes* · Torrons* 		

* 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