

DESEMBRE

CURS 2022-2023

S/OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de peix** amb fideus i polenta</li> <li>· Butifarra* al forn amb amanida d'enciams i magrana</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	2 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs guisat amb ceba i pastanaga</li> <li>· Vegenuggets s/ou fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i germinats</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
5 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Lenties amb patata i verdures</li> <li>· Pollastre* a la planxa, amb salsa de tomàquet i amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	6 <p><b>FESTIU</b></p>	7 <p><b>LLIURE</b></p> <p><b>DISPOSICIÓ</b></p>	8 <p><b>FESTIU</b></p>	9 <p><b>LLIURE</b></p> <p><b>DISPOSICIÓ</b></p>
12 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral a la cassola amb verdures</li> <li>· Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i magrana</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	13 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Cigrons guisats amb patata i verdures</li> <li>· Seità arrebossat s/ou amb salsa de tomàquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	14 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Gratinat de bleda, carbassa i patata</li> <li>· Pit de gall dindi* al forn amb amanida d'enciams i sèsam torrat</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	15 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons amb salsa de tomàquet</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures** i amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	16 <p><b>Menús del món: ITÀLIA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa minestrone (sopa amb pasta i juliana de verduretes)</li> <li>· Pizza* amb bolonyesa de carns*</li> <li>· logurt amb stracciatella*</li> </ul>
19 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures d'hivern</li> <li>· Espaguetis carbonara vegetal s/ou</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	20 <ul style="list-style-type: none"> <li>· Lenties amb patata i verdures</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures** i amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	21 <p><b>MENÚ DE NADAL</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de Nadal amb galets</li> <li>· Canelons s/ou de pollastre*, porc* i vedella* gratinats amb beixamel</li> <li>· Xuxes*</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 hamburgueses, vegenuggets i mandonguilles vgetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni to