

ESCOLA WALDORF EL TIL·LER - BELLATERRA

INFANTIL

DESEMBRE

CELÍAC

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			<ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus d'arròs · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps 	<p>1 2</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets s/gluten · Guisat de llenties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps
<p>5</p> <p>LLIURE</p> <p>DISPOSICIÓ</p>	<p>6</p> <p>FESTIU</p>	<p>7</p> <p>LLIURE</p> <p>DISPOSICIÓ</p>	<p>8</p> <p>FESTIU</p>	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets s/gluten · Guisat de llenties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps
<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita a la francesa i amanida d'enciams i sèsam torrat · Fruita del temps 	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i verdures · Macarrons d'arròs amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps 	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de tardor amb sèsam torrat · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · logurt Natural 	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb polenta i fideus d'arròs · Pollastre guisat amb poma · Fruita del temps 	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro s/patata amb crostonets s/gluten · Guisat de llenties i arròs integral, amb sofregit de verdures · Fruita del temps
<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Truita a la francesa i amanida d'enciams i sèsam torrat · Fruita del temps 	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i verdures · Espaguetis d'arròs amb salsa de remolatxa, pastanaga i tomaquet · Fruita del temps 	<p>MENÚ DE NADAL 21</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de Nadal amb galets s/gluten · Pollastre rostit amb pomes i prunes* · Torrons* tipus Xixona s/gluten 		

* 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, vegenugetts i mandonguilles vgetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni to