

DESEMBRE

CURS 2022-2023

**CELÍAC**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de peix** amb fideus s/gluten i polenta</li> <li>· Butifarra* al forn amb amanida d'enciams i magrana</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs guisat amb ceba i pastanaga</li> <li>· Vegenuggets s/gluten fets a la cuina***, al forn amb amanida d'enciams i germinats</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul> <p>2</p>
<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Lenties amb patata i verdures</li> <li>· Truita de formatge* amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>6</p> <p><b>FESTIU</b></p>		<p>7</p> <p style="text-align: center;"><b>LLIURE</b></p> <p style="text-align: center;"><b>DISPOSICIÓ</b></p>	<p>9</p> <p style="text-align: center;"><b>LLIURE</b></p> <p style="text-align: center;"><b>DISPOSICIÓ</b></p>
<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral a la cassola amb verdures</li> <li>· Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Cigrons guisats amb patata i verdures</li> <li>· Hamburguesa vegetariana s/gluten feta a la cuina***, amb amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>14</p> <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>	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons d'arròs amb salsa de tomàquet</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p><b>Menús del món: ITÀLIA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa minestrone (sopa amb pasta s/gluten i juliana de verduretes)</li> <li>· Pizza* s/gluten amb bolonyesa de carns</li> <li>· logurt amb straciatella*</li> </ul>
<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures d'hivern</li> <li>· Espaguetis d'arròs a la carbonara vegetal</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Lenties amb patata i verdures</li> <li>· Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i magrana</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p><b>MENÚ DE NADAL</b> 21</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de Nadal amb galets s/gluten</li> <li>· Canelons s/gluten de pollastre, porc i vedella gratinats amb beixamel s/gluten</li> <li>· Torró* tipus Xixona 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 hamburgueses, vegenugetts i mandonguilles vgetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni to