

# ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

FEBRER

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		<ul style="list-style-type: none"> <li>· Cigrons guisats amb patata i verdures</li> <li>· Pollastre* al forn amb xips de moniato</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral a la cassola amb verdures</li> <li>· Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida</li> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de llenties vermelles i porros</li> <li>· Pizza* hortolana amb verdures i tomàquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Bròquil i patata al vapor</li> <li>· Pollastre* guisat amb poma i curri</li> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs amb salsa de tomàquet</li> <li>· Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Llenties guisades amb patata i verdures</li> <li>· Seità arrebossat amb salsa de tomàquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons amb salsa de formatge* i olives negres</li> <li>· Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de peix** amb arròs</li> <li>· Mandonguilles* a la jardinera</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Cous cous integral amb verdures</li> <li>· Guisat de gall dindi* amb xampinyons</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Trinxat de blanda, carbassa i patata</li> <li>· Hamburguesa vegetariana feta a la cuina***, amb quètxup artesà i amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs 3 delícies (pastanaga, pernil dolç* i olives)</li> <li>· Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida</li> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<p><b>Dijous Gras</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Mongeta del Carai guisada amb sofregit de verdures</li> <li>· Truita de patata i botifarra d'ou* amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Escudella completa Sopa de fideus</li> <li>· Pilota*, verdures i cigrons</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
<p><b>FESTA</b></p> <p><b>LLIURE DISPOSICIÓ</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· "Trinxat" de col i patata amb oli d'all</li> <li>· Llom de porc* a la planxa amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Espaguetis amb salsa de tomàquet</li> <li>· Ales de pollastre ecològic cruixents amb amanida d'enciams i germinats</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Pastís de patata, salsa de tomàquet, ou dur i olives</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassa i porros</li> <li>· Lassanya de llenties i arròs integral gratinada amb beixamel</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet</li> <li>· Truita de formatge* amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures d'hivern</li> <li>· Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>			

\* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. 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, preparació i guarnició a [www.ecomenja.com](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenugets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tofu.

