

# IEA ORIOL MARTORELL - BARCELONA

SECUNDÀRIA

MARÇ

S/LACTOSA

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1	2
				3
				Menús del món: MÈXIC
				· "Frijoles*" guisats amb all i tomàquet
				· Tacos de pollastre amb amanida
				· Plàtan fregit
				6
				7
				8
				9
				10
				13
				14
				15
				16
				17
				FESTA
				LLIURE DISPOSICIÓ
				20
				21
				22
				23
				24
				27
				28
				29
				30
				31

\* 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.

