



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bròquil, col-i-flor, carbassa i patata al vapor</li> <li>- Croquetes de mill vegetals amb verdures</li> <li>- Amanida d'enciams i poma</li> <li>- Fruita del temps</li> </ul>
<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arròs integral a la cassola amb tomaquet</li> <li>- Pollastre al forn</li> <li>- Amanida d'enciams i olives</li> <li>- Fruita del temps</li> </ul>	<p>5</p> <p><b>Menús del Món: EEUU</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Macarrons amb salsa de formatge</li> <li>- <b>**Burguer d'hamburguesa de vedella amb enciam i tomàquet i quètxup casolà</b></li> <li>- Fruita del temps </li> </ul>	<p>6</p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p>7</p> <p><b>FESTA</b></p> <p><b>LLIURE DISPOSICIÓ</b></p>	<p>8</p> <p><b>FESTIU</b></p>
<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de verdures d'hivern sense crostonets</li> <li>- Llom de porc a la planxa amb salsa de ceba</li> <li>- Amanida d'enciam i blat de moro</li> <li>- Fruita del temps</li> </ul>	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cigrons estofats amb patates i verdures</li> <li>- <b>Seià arrebossat especial amb salsa de tomàquet</b></li> <li>- Fruita del temps</li> </ul>	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet, amb formatge ratllat*</li> <li>- <b>Truita de pastanaga s/ou (amb farina de cigrons)</b></li> <li>- Amanida d'enciams i olives</li> <li>- Iogurt Natural</li> </ul>	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>"Trinxat"</b> de col i patata amb oli d'allis</li> <li>- Guisat de gall dindi* amb xampinyons</li> <li>- Fruita del temps</li> </ul>	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Arròs 3 delícies (pastanaga, carbasso, olives)</b></li> <li>- Peix de llotja segons les millor captures**</li> <li>- Amanida d'enciam i remolatxa</li> <li>- Fruita del temps</li> </ul>
<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de carbassa i porro</li> <li>- Espaguetis carbonara vegetal</li> <li>- Fruita del temps</li> </ul>	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lenties amb arròs i verdures</li> <li>- <b>Escalopa de porc* amb arrebossat especial</b></li> <li>- Amanida d'enciams i magrana</li> <li>- Fruita del temps</li> </ul>	<p>20</p> <p><b>MENÚ DE NADAL</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sopa de Nadal amb galets</li> <li>- Pollastre* rostit amb pomes i prunes*</li> <li>- Amanida d'enciam amb olives</li> <li>- <b>Torrans* (Picó)</b></li> </ul>	<p>21</p> <p><b>INICI</b></p> <p><b>VACANCES NADAL</b></p>	<p>22</p> <p><b>VACANCES NADAL</b></p>

Menús valorats nutricionalment per: CEMMA OÑA Dietista Nutricionista col·legiada número CAT 000781

\* 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 asseguruem 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 guarició 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 seià ni tofu.

\*\*Pa d'hamburguesa (ciabattine)- Aquest pa no porta gluten, ou, sèsam, llet.