



| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | | | <ul style="list-style-type: none"> Bròquil, col-i-flor, carbassa i patata al vapor Croquetes de mill vegetals amb verdures Amanida d'enciams i poma Fruita del temps |
| <ul style="list-style-type: none"> Arròs a la cassola amb tomaquet Truita de patata i calçots Amanida d'enciams i olives Fruita del temps | <p>Menús del Món: EEUU</p> <ul style="list-style-type: none"> Macarrons amb salsa de tomàquet **Burger d'hamburguesa de vedella amb enciam i tomàquet i quètxup casolà Fruita del temps | <p>FESTIU</p> | <p>FESTA</p> <p>LLIURE DISPOSICIÓ</p> | <p>FESTIU</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> Crema de verdures d'hivern sense crostonets Llom de porc a la planxa amb salsa de ceba Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> Cigrons estofats amb patates i verdures Seità arrebossat amb salsa de tomàquet Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> Espaguetis napolitana Truita de pastanaga Amanida d'enciams i olives Postre de soja | <ul style="list-style-type: none"> "Trinxat" de col i patata amb oli d'all Guisat de gall dindi* amb xampinyons Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i pernil dolç) Peix de llotja segons les millor captures** Amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps |
| <ul style="list-style-type: none"> Crema de carbassa i porro Espaguetis a la bolonyesa Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> Llenties amb arròs i verdures Truita a la jardineria Amanida d'enciams i magrana Fruita del temps | <p>MENÚ DE NADAL</p> <ul style="list-style-type: none"> Sopa de Nadal amb galets Pollastre* rostit amb pomes i prunes* Amanida d'enciam amb olives Torrons* (El romero) | <p>INICI</p> <p>VACANCES NADAL</p> | <p>VACANCES NADAL</p> |

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA 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. 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.

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

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