



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Bròquil, col-i-flor, carbassa i patata al vapor</li> </ul> <p>Mongeta del Ganxet Guissada saltejada amb all i julivert</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Amanida d'enciams i poma</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs a la cassola amb tomaquèt</li> <li>· Truita de patata i calçots</li> </ul> <p>Amanida d'enciams i olives</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p><b>Menús del Món: EEUU</b> 5</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons amb salsa de formatge</li> <li>· Burguer d'hamburguesa vegetal amb enciam i tomàquet i quètxup casolà</li> <li>· Fruita del temps </li> </ul>	<p>6</p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p>7</p> <p><b>FESTA 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 amb crostonets</li> </ul> <p>Truita francesa</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Cigrons estofats amb patates i verdures</li> <li>· Seità arrebossat amb salsa de tomàquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Espaguetis napolitana</li> <li>· Truita de pastanaga</li> </ul> <p>Amanida d'enciams i olives</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<p>14</p> <p>"Trinxat" de col i patata amb oli d'alls</p> <p>Mongeta del Carai amb verdures</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs 3 delícies (pastanaga, carbasso, olives)</li> <li>· Guisat de lleties amb sofregit de verduretes</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 a la bolonyesa vegetal</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p><b>MENÚ DE NADAL</b> 19</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de Nadal amb galets i cigrons</li> <li>· Canelons d'espínacs amb beixamel vegetal</li> </ul> <p>Amanida d'enciam amb olives</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Torrons* (Picó)</li> </ul>	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Lleties amb arròs i verdures</li> <li>· Truita a la jardinera</li> </ul> <p>Amanida d'enciams i magrana</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>21</p> <p><b>INICI VACANCES NADAL</b></p>	<p>22</p> <p><b>VACANCES NADAL</b></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](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, vegenuggets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tofu.