



SENSE OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
VACANCES DE SETMANA SANTA				
VACANCES DE SETMANA SANTA	6 - Macarrons amb salsa napolitana - Gall dindi* a la planxa - Amanida d'enciams i pipes - Fruita del temps	7 - Cigrons guisats amb patata i verdures - Vegburguer vegetal s/cap al·lergen - Amanida d'enciams i remolatxa - Fruita del temps	8 - Arròs a la cassola amb verdures - Peix de llotja segons les millor captures** - Amanida d'enciams i panses - Fruita del temps	9 - Bleda, carbassa i patata al vapor, amb sèsam torrat - Escalopa de pollastre* amb arrebossat especial i quètxup casolà - logurt Natural
13 - Espaguetis amb salsa carbonara - Gall dindi* a la planxa - Amanida d'enciams i pipes - Fruita del temps	14 "Trinxat" de col i patata amb oli d'all - Hamburguesa de pollastre* - Amanida d'enciams i blat de moro* - logurt Natural	15 - Arròs tres delícies (pastanaga, bròquil i olives*) - Peix de llotja segons les millor captures** - Amanida d'enciams i nap ratllat - Fruita del temps	16 - Sopa d'au amb pistons - Estofat de carn magra* amb patates - Fruita del temps	17 - Vichyssoise de mongeta del ganxet i porro - Pizza* especial amb tomàquet, pernil dolç* i formatge* - Fruita del temps
20 - Crema de verdures de primavera amb llavors de carbassa torrades - Pollastre* rostit amb ceba i porro - Fruita del temps	21 - Fideus a la cassola amb costelló* i salsitxa* - Gall dindi* a la planxa - Amanida d'enciams i remolatxa - Fruita del temps	22 - Arròs amb salsa de tomàquet - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciams i poma - Fruita del temps	23 - Col-i-flor i patates gratinades amb beixamel - Llom de porc* amb salsa de ceba - logurt Natural	24 - Llenties guisades amb verdures - Croquetes de mill *** fetes a la cuina - Amanida d'enciams i olives* - Fruita del temps
27 - Arròs guisat amb ceba i carbassa - Estofat de gall dindi* al curri - Amanida d'enciams - logurt Natural	28 - Macarrons amb salsa pesto - Peix de llotja segons les millors captures** - Amanida d'enciams i poma - Fruita del temps	29 - Cigrons guisats amb verdures - Pollastre* a la planxa - Amanida d'enciams i olives* - Fruita del temps	30 - Sopa de verdures amb galets - Timbal de vedella s/cap al·lergen amb salsa de peres s/cap al·lergen - Fruita del temps	1

Menús valorats nutricionalment per: Paola Barreto - Dietista N° 483 ASNADI

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

Les hamburgueses de vedella estan elaborades a la nostra pròpia cuina, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.