

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

MAIG

CURS 2025-2026



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1
				FESTA
4	5	6	7	8
· Amanida d'espirlals amb cogombre, tomàquet i olives* · Truita de carbassó i patates · Fruita del temps	· Mongeta blanca amb sofregit de verdures i patates · Pollastre* rostit amb xampinyons · Iogurt Natural	· Patata bullida amb pastanaga i bledes · Carn magra* arrebossada · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	· Sopa d'au amb arròs · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Crema de carbassó i porro amb crostonets* · Lasanya de llenties i arròs integral gratinada amb beixamel · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps
11	12	13	14	15
· Arròs tres delícies (carbassó, truita i pernil dolç*) · Pollastre* al forn amb salsa agredolça · Amanida d'enciams i olives* · Iogurt Natural	· Tallarines amb salsa napolitana i formatge* ratllat · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	· Llenties guisades amb verdures · Truita de patata i ceba · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	· Mongeta tendra amb patates · Gall dindi* amb salsa suau de verdures · Fruita del temps	· Sopa de verdures amb pistons · Vegenugets fets a la cuina*** · Amanida d'enciams i poma · Fruita del temps
18	19	20	21	22
· Pastís calent de patates amb salsa de tomàquet, olives* i ou dur · Pollastre* guisat amb pastanaga · Fruita del temps	· Galets amb salsa de formatge · Truita jardineria · Amanida d'enciams i pipes · Fruita del temps	· Cigrons guisats amb verdures · Salsitxes de porc* amb patates xips · Batut de maduixa	· Arròs amb carbassó i ceba · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	· Crema de verdures de primavera amb llavors de carbassa torrades · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina*** · Amanida d'enciams i olives* · Fruita del temps
25	26	27	28	29
FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	· Crema de llenties vermelles i porros · Truita amb pastanaga · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	· Amanida d'arròs amb olives*, blat de moro* i tomàquet · Pollastre* rostit a la llimona amb canyella · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Macarrons amb salsa de tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Patates, col-i-flor i carbassó al forn amb sèsam torrat · Pilota de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps

Hola, torno a ser en **Xavier Safont**, pagès de molta proximitat a l'Escola.

Durant tot el curs hi ha productes nostres (www.contra.cat) als menús del Vaixell Burriac, doncs amb altres pàgines i productors planifiquem cultius i compres amb Ecomenja, però aquest mes gràcies a l'Agermanament que hem tornat fer amb Ecomenja i l'Escola **veureu durant tot el mes alguns dels productes (verdures i fruita...) destacades en un altre color.**

Maduixa, enciam, tomàquet

Perquè ara que ja em coneixeu també sapigau millor qui produeix part dels aliments que mengem a l'Escola.

Bon profit!

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.

Els ingredients de les amanides poden variar en funció de la temporada i de la disponibilitat agroalimentària.