

CURS 2026-2027



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1	2	3
	7	8	9	10
	· Espirals amb salsa de tomàquet · Truita de formatge · Amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	· Arròs amb sofregit de verduretes · Llenties guisades · Fruita del temps	· Mongeta tendra amb patates · Cigrons saltats amb espinacs · Amanida d'enciams i tomàquet · logurt Natural	FESTA
14	15	16	17	
· Espaguetis amb salsa marciانا · Pollastre al forn amb tomàquet i orenga · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	· Patates, carbassó i pastanaga al forn · Cigrons a la catalana (cigrons, sofregit de ceba i tomàquet, s/ou dur) · Fruita del temps	· Amanida d'arròs amb enciam, olives, tomàquet i cogombre · Llenties saltades amb verdures de temporda · Fruita del temps	· Mill amb verdures · Mongeta blanca guisada amb verdures · Amanida d'enciam i blat de moro · Fruita del temps	
21	22	23	24	25
· Macarrons integrals amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Hamburguesa vegetal · Amanida d'enciams i olives · logurt Natural	· Arròs 3 delícies (pastanaga, olives i truita) · Pèsols saltats amb sofregit de ceba · Fruita del temps	· Cigrons guisats amb verdures · Truita de carbassó i patates · Amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	· Cuscús integral amb verdures · Guisat de mongetes amb xampinyons · Fruita del temps	· Crema tèbia de carbassó i porros amb crostonets · Mandonguilles vegetals amb salsa de pomes · Amanida d'enciams i pipes · logurt Natural
28	29	30		
· Sopa vegetal amb arròs integral · Tofu marinat al forn · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	· Trinxat de bleda, carbassó i patates · Truita de pastanaga · Amanida d'enciams i pipes · Fruita del temps	· Crema de verdures · Espaguetis amb salsa bolonyesa vegetal amb formatge ratllat · Fruita del temps		

El plats estan elaborats pels cuiners i cuineres del centre. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a www.ecomenja.com. A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria siguin de proximitat i garantim 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, així com la seva preparació i guarnició, a www.ecomenja.com. **Plats de proteïna vegetal elaborats a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània. Els ingredients de les amanides poden variar de la temporada i de la disponibilitat agroalimentària.**