

FEBRER

CURS 2019-2020

CELÍAC-S/LLET-S/LLEGUMS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassa i patata · Carn magra de porc arrebossada s/gluten amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral guisat amb verdures · Truita s/llet de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	5 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons d'arròs amb salsa de tomàquet i olives negres · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps 	6 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa amb crostonets s/gluten · Pollastre a la planxa amb xips de moniato · Fruita del temps 	7 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Timbal s/gluten ni llet de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps
10 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis d'arròs napolitana · Truita s/llet de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	11 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb polenta i fideus s/gluten · Pit de pollastre a la planxa amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps 	12 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de tardor amb crostonets s/gluten · Llom de porc a planxa amb salsa de ceba i amanida · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Fricandó s/gluten de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps 	14 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps
17 <ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de pastanaga, bleda i patata amb oli d'all · Pollastre guisat amb poma i curri · Fruita del temps 	18 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs al forn amb sofregit i cananes · Hamburguesa de vedella s/gluten i s/llet amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons d'arròs amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps 	<i>Dijous Gras</i> 20 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de galets s/gluten amb pilotilles s/gluten ni lactosa · Truita s/llet de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	21 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro amb crostonets s/gluten · Falàfel de cigrons, salsa de iogurt i amanida d'enciams i olives · Fruita del temps
24 <p>FESTA</p> <p>LLIURE DISPOSICIÓ</p>	25 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de porros amb crostonets s/gluten · Pollastre al forn amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita s/llet i pernil dolç) · Bistec a la planxa amb salsa de ceba · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus s/gluten amb verdures · Truita s/llet de patata amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	28 <ul style="list-style-type: none"> · Mill amb verdures · Guisat de carn magra de porc amb castanyes i pastanaga · Fruita del temps

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Tots 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 així com la seva preparació i guarnició a www.ecomenja.com.