

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

JUNY

CURS 2017-2018



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
				1	
				· Sopa* de galets	
				· Peix de llotja segons les millors captures**	
				· Fruita del temps	
	4	5	6	7	
8	· Trinxat de bleada, pastanaga i patata amb oli d'all	· Macarrons a la napolitana	· Arròs 3 delícies*	· Crema de verdures amb crostonets	· Amanida russa amb lactonesa
	· Llom* a la planxa amb amanida d'enciams i llavors de sèsam	· Truita de carbassó i amanida d'enciams i remolatxa	· Peix de llotja segons les millors captures**	· Lassanya de carns* gratinada amb beixamel	· Escalopa de pollastre* amb tomàquet i amanida d'enciams amb tomàquet
	· logurt	· Fruita del temps	· Batut de plàtan	· Fruita del temps	· Fruita del temps
11	12	13	14	15	
· Amanida de pasta amb olives, pastanaga, i tomàquet	· Sopa de peix** amb fideus	· Crema freda de carbassó	· Hummus amb bastonets*	· Arròs amb salsa de tomàquet	
· Hamburguesa de vedella* amb salsa de ceba i amb amanida de tomàquet	· Pollastre* al curri amb poma	· Carn magra* arrebossada amb amanida d'enciams i olives	· Peix de llotja segons les millors captures**	· Truita de patates amb amanida d'enciams i carbassó ratllat	
· logurt	· Fruita del temps	· logurt	· Fruita del temps	· Fruita del temps	
18	19	20	21	22	
· Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta)	· Llenties guisades amb patata i verdures	· Espaguetis napolitana	· Mongeta tendra amb patata	· Amanida d'arròs amb olives, pastanaga, tomàquet i tonyina**	
· Butifarra* al forn amb amanida d'enciams i sèsam	· Pit de pollastre* a la planxa amb, amb amanida d'enciams i germinats	· Peix de llotja segons les millors captures**	· Timbal de vedella* al forn amb salsa de poma	· Pizza de pernil dolç*, verdures, tomàquet i mozzarella*	
· Fruita del temps	· Fruita del temps	· logurt	· Fruita del temps	· Gelat*	

* 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.

Menús elaborats i revisats per Joan Maria Ribas i Gabor Smit (ADITEC: 0009)

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

JUNY

CURS 2017-2018

CELÍAC



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1
				· Sopa* de galets s/gluten · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps
				2
				3
				4
· Trinxat de bleada, pastanaga i patata amb oli d'all · Llom* a la planxa amb amanida d'enciams i llavors de sèsam · logurt	· Macarrons d'arròs a la napolitana · Truita de carbassó i amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	· Arròs 3 delícies* · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Batut de plàtan	· Crema de verdures amb crostonets s/gluten · Lassanya s/gluten de carns* gratinada amb beixamel s/gluten · Fruita del temps	5
				6
				7
				8
				9
				10
				11
· Amanida de pasta s/gluten amb olives, pastanaga, i tomàquet · Hamburguesa s/gluten de vedella* amb salsa de ceba i amb amanida de tomàquet · logurt	· Sopa de peix** amb fideus s/gluten · Pollastre* al curri amb poma · Fruita del temps	· Crema freda de carbassó · Carn magra* arrebossada amb farina de cigró amb amanida d'enciams i olives · logurt	· Hummus amb bastonets* de pa s/gluten · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	12
				13
				14
				15
				16
				17
				18
· Mill amb verdures · Butifarra* al forn amb amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps	· Llenties guisades amb patata i verdures · Pit de pollastre* a la planxa amb, amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps	· Espaguetis d'arròs napolitana · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · logurt	· Mongeta tendra amb patata · Timbal s/gluten de vedella* al forn amb salsa de poma · Fruita del temps	19
				20
				21
				22
				23
				24
				25
				26
				27
				28
				29
				30
				31
				32
				33
				34
				35
				36
				37
				38
				39
				40
				41
				42
				43
				44
				45
				46
				47
				48
				49
				50
				51
				52
				53
				54
				55
				56
				57
				58
				59
				60
				61
				62
				63
				64
				65
				66
				67
				68
				69
				70
				71
				72
				73
				74
				75
				76
				77
				78
				79
				80
				81
				82
				83
				84
				85
				86
				87
				88
				89
				90
				91
				92
				93
				94
				95
				96
				97
				98
				99
				100

* 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.

Menús elaborats i revisats per Joan Maria Ribas i Gabor Smit (ADITEC: 0009)

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

JUNY

CURS 2017-2018



OVO - LACTO - VEGETARIÀ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
				1	
				· Sopa vegetal amb galets	
				· Croquetes de carbassa i formatge amb amanida d'enciams i tomàquet	
				· Fruita del temps	
	4	5	6	7	8
· Trinxat de bleda, pastanaga i patata amb oli d'all	· Macarrons a la napolitana	· Arròs 3 delícies s/pernil dolç	· Crema de verdures amb crostonets	· Amanida russa amb lactonesa	
· Hamburguesa vegetal de cigrons amb amanida d'enciams amb tomàquet	· Truita de carbassó i amanida d'enciams i remolatxa	· Tofu guisat amb sofregit, i verdures	· Lassanya de verdures i picada vegetal, gratinada amb beixamel	· Seità arrebossat amb salsa tomàquet i amanida d'enciams amb tomàquet	
· logurt	· Fruita del temps	· Batut de plàtan	· Fruita del temps	· Fruita del temps	
11	12	13	14	15	
· Amanida de pasta amb olives, pastanaga, i tomàquet	· Sopa vegetal amb fideus i mongeta del carai	· Crema freda de carbassó	· Hummus amb bastonets	· Arròs amb salsa de tomàquet	
· Vegenuggets de tofu i formatge al forn amb amanida d'enciams i llavors	· Croquetes de mill i verdures amb amanida d'enciams i remolatxa	· Seità guisat amb verdures i arròs	· Hamburguesa vegetal d'espínacs i amanida d'enciams i olives	· Truita de patates amb amanida d'enciams i carbassó ratllat	
· logurt	· Fruita del temps	· logurt	· Fruita del temps	· Fruita del temps	
18	19	20	21	22	
· Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta)	· Llenties guisades amb patata i verdures	· Amanida de cigrons amb tomàquet, carbassó i olives	· Mongeta tendra amb patata	· Amanida d'arròs amb olives, pastanaga, tomàquet i carbassó	
· Salsitxes vegetals al forn amb amanida d'enciam i sèsam	· Seità a la planxa, amb amanida d'enciams i germinats	· Espaguetis napolitana	· Pilota vegetal al forn amb salsa de poma	· Pizza hortolana amb, tomàquet, verdures i mozzarella*	
· Fruita del temps	· logurt	· Fruita del temps	· Fruita del temps	· Gelat*	

* 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 guarició a www.ecomenja.com.

Menús elaborats i revisats per Joan Maria Ribas i Gabor Smit (ADITEC: 0009)

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

JUNY

CURS 2017-2018



S/FRUITS SECS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1
				· Sopa* de galets
				· Peix de llotja segons les millors captures**
				· Fruita del temps
	4	5	6	7
8				
· Trinxat de bleada, pastanaga i patata amb oli d'all	· Macarrons a la napolitana	· Arròs 3 delícies*	· Crema de verdures amb crostonets	· Amanida russa amb lactonesa
· Llom* a la planxa amb amanida d'enciams i cogombre	· Truita de carbassó i amanida d'enciams i remolatxa	· Peix de llotja segons les millors captures**	· Lassanya de carns* gratinada amb beixamel	· Escalopa de pollastre* amb tomàquet i amanida d'enciams amb tomàquet
· logurt	· Fruita del temps	· Batut de plàtan	· Fruita del temps	· Fruita del temps
11	12	13	14	15
· Amanida de pasta amb olives, pastanaga, i tomàquet	· Sopa de peix** amb fideus	· Crema freda de carbassó	· Hummus amb bastonets*	· Arròs amb salsa de tomàquet
· Hamburguesa de vedella* amb salsa de ceba i amb amanida de tomàquet	· Pollastre* al curri amb poma	· Carn magra* arrebossada amb amanida d'enciams i olives	· Peix de llotja segons les millors captures**	· Truita de patates amb amanida d'enciams i carbassó ratllat
· logurt	· Fruita del temps	· logurt	· Fruita del temps	· Fruita del temps
18	19	20	21	22
· Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta)	· Llenties guisades amb patata i verdures	· Espaguetis napolitana	· Mongeta tendra amb patata	· Amanida d'arròs amb olives, pastanaga, tomàquet i tonyina**
· Butifarra* al forn amb amanida d'enciams i cogombre	· Pit de pollastre* a la planxa amb, amb amanida d'enciams i germinats	· Peix de llotja segons les millors captures**	· Timbal de vedella* al forn amb salsa de poma	· Pizza de pernil dolç*, verdures, tomàquet i mozzarella*
· Fruita del temps	· Fruita del temps	· logurt	· Fruita del temps	· logurt

* 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.

Menús elaborats i revisats per Joan Maria Ribas i Gabor Smit (ADITEC: 0009)

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

JUNY

CURS 2017-2018



S/LACTOSA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1
				· Sopa* de galets
				· Peix de llotja segons les millors captures**
				· Fruita del temps
	4	5	6	7
· Trinxat de bleada, pastanaga i patata amb oli d'all	· Macarrons a la napolitana	· Arròs 3 delícies* amb truita s/lactosa	· Crema de verdures amb crostonets	· Amanida russa amb lactonesa de beguda de civada
· Llom* a la planxa amb amanida d'enciams i llavors de sèsam	· Truita s/lactosa de carbassó i amanida d'enciams i remolatxa	· Peix de llotja segons les millors captures**	· Lassanya de carns* gratinada amb beixamel amb beguda de civada	· Escalopa de pollastre* amb tomàquet i amanida d'enciams amb tomàquet
· Postre de soja	· Fruita del temps	· Batut de plàtan amb beguda de civada	· Fruita del temps	· Fruita del temps
11	12	13	14	15
· Amanida de pasta amb olives, pastanaga, i tomàquet	· Sopa de peix** amb fideus	· Crema freda de carbassó	· Hummus amb bastonets*	· Arròs amb salsa de tomàquet
· Hamburguesa s/lactosa de vedella* amb salsa de ceba i amb amanida de tomàquet	· Pollastre* al curri amb poma	· Carn magra* arrebossada amb amanida d'enciams i olives	· Peix de llotja segons les millors captures**	· Truita s/lactosa de patates amb amanida d'enciams i carbassó ratllat
· Postre de soja	· Fruita del temps	· Postre de soja	· Fruita del temps	· Fruita del temps
18	19	20	21	22
· Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta)	· Llenties guisades amb patata i verdures	· Espaguetis napolitana	· Mongeta tendra amb patata	· Amanida d'arròs amb olives, pastanaga, tomàquet i tonyina**
· Butifarra* al forn amb amanida d'enciams i sèsam	· Pit de pollastre* a la planxa amb, amb amanida d'enciams i germinats	· Peix de llotja segons les millors captures**	· Timbal s/lactosa de vedella* al forn amb salsa de poma	· Pizza de pernil dolç*, verdures, tomàquet i formatge s/lactosa*
· Fruita del temps	· Fruita del temps	· Postre de soja	· Fruita del temps	· Postre de soja

* 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.

Menús elaborats i revisats per Joan Maria Ribas i Gabor Smit (ADITEC: 0009)

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

JUNY

CURS 2017-2018



S/LLEGUMS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
				1	
				· Sopa* de galets	
				· Peix de llotja segons les millors captures**	
				· Fruita del temps	
	4	5	6	7	8
· Trinxat de bleada, pastanaga i patata amb oli d'all	· Macarrons a la napolitana	· Arròs 3 delícies*	· Crema de verdures amb crostonets	· Amanida russa amb lactonesa	
· Llom* a la planxa amb amanida d'enciams i llavors de sèsam	· Truita de carbassó i amanida d'enciams i remolatxa	· Peix de llotja segons les millors captures**	· Lassanya de carns* gratinada amb beixamel	· Escalopa de pollastre* amb tomàquet i amanida d'enciams amb tomàquet	
· logurt	· Fruita del temps	· Batut de plàtan	· Fruita del temps	· Fruita del temps	
11	12	13	14	15	
· Amanida de pasta amb olives, pastanaga, i tomàquet	· Sopa de peix** amb fideus	· Crema freda de carbassó	· Sopa de verdures amb pasta	· Arròs amb salsa de tomàquet	
· Hamburguesa de vedella* amb salsa de ceba i amb amanida de tomàquet	· Pollastre* al curri amb poma	· Carn magra* arrebossada amb amanida d'enciams i olives	· Peix de llotja segons les millors captures**	· Truita de patates amb amanida d'enciams i carbassó ratllat	
· logurt	· Fruita del temps	· logurt	· Fruita del temps	· Fruita del temps	
18	19	20	21	22	
· Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta)	· Arròs amb tomàquet	· Espaguetis napolitana	· Mongeta tendra amb patata	· Amanida d'arròs amb olives, pastanaga, tomàquet i tonyina**	
· Butifarra* al forn amb amanida d'enciams i sèsam	· Pit de pollastre* a la planxa amb, amb amanida d'enciams i germinats	· Peix de llotja segons les millors captures**	· Timbal de vedella* al forn amb salsa de poma	· Pizza de pernil dolç*, verdures, tomàquet i mozzarella*	
· Fruita del temps	· Fruita del temps	· logurt	· Fruita del temps	· Gelat*	

* 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.

Menús elaborats i revisats per Joan Maria Ribas i Gabor Smit (ADITEC: 0009)

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

JUNY

CURS 2017-2018



S/OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
				1	
				· Sopa* de galets	
				· Peix de llotja segons les millors captures**	
				· Fruita del temps	
	4	5	6	7	8
· Trinxat de bleada, pastanaga i patata amb oli d'all	· Macarrons a la napolitana	· Arròs 3 delícies* (pernil dolç, tomàquet i pastanaga)	· Crema de verdures amb crostonets	· Amanida russa amb lactonesa	
· Llom* a la planxa amb amanida d'enciams i llavors de sèsam	· Pollastre a la planxa i amanida d'enciams i remolatxa	· Peix de llotja segons les millors captures**	· Lassanya de carns* gratinada amb beixamel	· Escalopa s/ou de pollastre* amb tom. i amanida d'enciams amb tomàquet	
· logurt	· Fruita del temps	· Batut de plàtan	· Fruita del temps	· Fruita del temps	
11	12	13	14	15	
· Amanida de pasta amb olives, pastanaga, i tomàquet	· Sopa de peix** amb fideus	· Crema freda de carbassó	· Hummus amb bastonets*	· Arròs amb salsa de tomàquet	
· Hamburguesa s/ou de vedella* amb salsa de ceba i amb amanida de tomàquet	· Pollastre* al curri amb poma	· Carn magra* arrebossada amb amanida d'enciams i olives	· Peix de llotja segons les millors captures**	· Llom a la planxa amb amanida d'enciams i carbassó ratllat	
· logurt	· Fruita del temps	· logurt	· Fruita del temps	· Fruita del temps	
18	19	20	21	22	
· Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta)	· Llenties guisades amb patata i verdures	· Espaguetis napolitana	· Mongeta tendra amb patata	· Amanida d'arròs amb olives, pastanaga, tomàquet i tonyina**	
· Butifarra* al forn amb amanida d'enciams i sèsam	· Pit de pollastre* a la planxa amb, amb amanida d'enciams i germinats	· Peix de llotja segons les millors captures**	· Timbal s/ou de vedella* al forn amb salsa de poma	· Pizza de pernil dolç*, verdures, tomàquet i mozzarella*	
· Fruita del temps	· Fruita del temps	· logurt	· Fruita del temps	· logurt	

* 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.

Menús elaborats i revisats per Joan Maria Ribas i Gabor Smit (ADITEC: 0009)

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

JUNY

CURS 2017-2018



S/PEIX

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1
				· Sopa* de galets
				· Truita de formatge amb amanida d'enciams i cogombre
				· Fruita del temps
				8
· Trinxat de bleada, pastanaga i patata amb oli d'all	· Macarrons a la napolitana	· Arròs 3 delícies*	· Crema de verdures amb crostonets	· Amanida russa amb lactonesa
· Llom* a la planxa amb amanida d'enciams i llavors de sèsam	· Truita de carbassó i amanida d'enciams i remolatxa	· Botifarra* a la planxa amb amanida d'enciams i pastanaga	· Lassanya de carns* gratinada amb beixamel	· Escalopa de pollastre* amb tomàquet i amanida d'enciams amb tomàquet
· logurt	· Fruita del temps	· Batut de plàtan	· Fruita del temps	· Fruita del temps
				15
· Amanida de pasta amb olives, pastanaga, i tomàquet	· Sopa de verdures amb fideus	· Crema freda de carbassó	· Hummus amb bastonets*	· Arròs amb salsa de tomàquet
· Hamburguesa de vedella* amb salsa de ceba i amb amanida de tomàquet	· Pollastre* al curri amb poma	· Carn magra* arrebossada amb amanida d'enciams i olives	· Llom* a la planxa amb amanida d'enciams i cogombre	· Truita de patates amb amanida d'enciams i carbassó ratllat
· logurt	· Fruita del temps	· logurt	· Fruita del temps	· Fruita del temps
				22
· Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta)	· Llenties guisades amb patata i verdures	· Espaguetis napolitana	· Mongeta tendra amb patata	· Amanida d'arròs amb olives, pastanaga, tomàquet i carbassó*
· Butifarra* al forn amb amanida d'enciams i sèsam	· Pit de pollastre* a la planxa amb, amb amanida d'enciams i germinats	· Truita de formatge amb amanida d'enciams amb pastanaga	· Timbal de vedella* al forn amb salsa de poma	· Pizza de pernil dolç*, verdures, tomàquet i mozzarella*
· Fruita del temps	· Fruita del temps	· logurt	· Fruita del temps	· Gelat*

* 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.

Menús elaborats i revisats per Joan Maria Ribas i Gabor Smit (ADITEC: 0009)