

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>FESTA</p> <p>LLIURE DISPOSICIÓ</p>	<p>2</p> <p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la carbonara vegetal · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps 	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb arròs · Hamburguesa de vedella amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades · Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel · logurt Natural 	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> · Pastís de patata, salsa de tomàquet, ou dur i olives · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps
<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> · Fideus a la cassola amb verdures · Truita de formatge* amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps 	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets i polenta · Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet · Fruita del temps 	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i porros · Pizza hortolana amb verdures i tomàquet · logurt Natural
<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de blada, carbassa i patata · Carn magra de porc* arrebossada amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> · Lleties amb verdures · Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcianos · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets · Hamburguesa de pollastre* amb xips de moniato · logurt Natural 	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Timbal de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps
<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis napolitana · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · logurt Natural 	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de tardor amb crostonets · Llom de porc* a planxa amb salsa de ceba i amanida · Fruita del temps 	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps 	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps
<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> · Gratinat de pastanaga, blada i patata · Pollastre* guisat amb poma i curri · 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 asseguram 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.

NOVEMBRE

CURS 2020-2021

CELÍAC

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>2</p> <p>FESTA</p> <p>LLIURE DISPOSICIÓ</p>	<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis d'arròs a la carbonara vegetal · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps 	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb arròs · Hamburguesa s/gluten de vedella amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps 	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades · Lassanya s/gluten de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel s/gluten · Iogurt Natural 	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> · Pastís de patata, salsa de tomàquet, ou dur i olives · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps
<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> · Fideus s/gluten a la cassola amb verdures · Truita de formatge* amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps 	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets s/gluten i polenta · Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet · Fruita del temps 	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps 	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i porros · Pizza s/gluten hortolana amb verdures i tomàquet · Iogurt Natural
<p>16</p> <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 	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> · Lleties amb verdures · Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons d'arròs marcianos s/gluten · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps 	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets · Hamburguesa de pollastre* amb xips de moniato · Iogurt Natural 	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Timbal s/gluten de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps
<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis d'arròs napolitana · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Hamburguesa s/gluten de quinoa i verdures amb salsa de tomàquet · Iogurt Natural 	<p>25</p> <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 	<p>26</p> <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 	<p>27</p> <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
<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> · Gratinat de pastanaga, bleda i patata · Pollastre* guisat amb poma i curri · 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.

NOVEMBRE

CURS 2020-2021

CELÍAC-S/LACTOSA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	3 · Espaguetis d'arròs a la carbonara vegetal s/lactosa · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma · Postre de soja	4 · Sopa de peix** amb arròs · Hamburguesa s/gluten i s/lactosa de vedella amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps	5 · Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades · Lassanya s/gluten de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel de civada s/gluten · Fruita del temps	6 · Pastís de patata, salsa de tomàquet, ou dur i olives · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Postre de soja
9 · Fideus s/gluten a la cassola amb verdures · Truita s/lactosa de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	10 · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps	11 · Sopa d'au amb galets s/gluten i polenta · Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet · Fruita del temps	12 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Postre de soja	13 · Crema de lleties vermelles i porros · Pizza s/gluten hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps
16 · "Trinxat" de blada, carbassa i patata · Carn magra de porc* arrebossada s/gluten amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	17 · Lleties amb verdures · Truita s/lactosa de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	18 · Macarrons d'arròs marcanos amb beixamel de beguda de civada · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	19 · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets · Hamburguesa de pollastre* amb xips de moniato · Fruita del temps	20 · Arròs amb salsa de tomàquet · Timbal s/gluten ni lactosa de vedella amb salsa de peres · Postre de soja
23 · Espaguetis d'arròs napolitana · Truita s/lactosa de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	24 · Cigrons estofats amb patates i verdures · Hamburguesa s/gluten de quinoa i verdures amb salsa de tomàquet · Fruita del temps	25 · Crema de verdures de tardor amb crostonets s/gluten · Llom de porc* a planxa amb salsa de ceba i amanida · Postre de soja	26 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Fricandó s/gluten de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps	27 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps
30 · Gratinat de pastanaga, blada i patata amb formatge s/lactosa · Pollastre* guisat amb poma i curri · 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.

NOVEMBRE

CURS 2020-2021

HALAL

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>2</p> <p>FESTA</p> <p>LLIURE DISPOSICIÓ</p>	<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la napolitana · Pollastre* al forn amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps 	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb arròs · Hamburguesa de vedella* s/porc, amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps 	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades · Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel · logurt Natural 	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> · Pastís de patata, salsa de tomàquet, ou dur i olives · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps
<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> · Fideus a la cassola amb verdures · Truita de formatge* amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps 	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets i polenta · Bistec de vedella* amb salsa de tomàquet · Fruita del temps 	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i porros · Pizza hortolana amb verdures i tomàquet · logurt Natural
<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassa i patata · Escalopa de gall dindi* amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcianos · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets · Hamburguesa de pollastre* amb xips de moniato · logurt Natural 	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Timbal de vedella* s/porc amb salsa de peres · Fruita del temps
<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis napolitana · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · logurt Natural 	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de tardor amb crostonets · Pastís calent de polenta, mongeta del carai i verdures, gratinat amb formatge · Fruita del temps 	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps 	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps
<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> · Gratinat de pastanaga, bleda i patata · Pollastre* guisat amb poma i curri · 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.

NOVEMBRE

CURS 2020-2021

HALAL - S/PROT. VED.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	3 · Espaguetis a la napolitana · Pollastre* al forn amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps	4 · Sopa de peix** amb arròs · Hamburguesa de pollastre amb amanida d'enciams i magrana · Postre de soja	5 · Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades · Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel · Fruita del temps	6 · Pastís de patata, salsa de tomàquet, ou dur i olives · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps
9 · Fideus a la cassola amb verdures · Truita de formatge* amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	10 · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps	11 · Sopa d'au amb galets i polenta · Cigrons saltats amb mill, remolatxa, olives negres i pipes de girasol · Fruita del temps	12 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Postre de soja	13 · Crema de lleties vermelles i porros · Pizza hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps
16 · "Trinxat" de bleda, carbassa i patata · Escalopa de gall dindi* amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	17 · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	18 · Macarrons marcianos · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	19 · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets · Hamburguesa de pollastre* amb xips de moniato · Iogurt Natural	20 · Arròs amb salsa de tomàquet · Tofu guisat amb pastanaga i amb salsa de peres · Fruita del temps
23 · Espaguetis napolitana · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	24 · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps	25 · Crema de verdures de tardor amb crostonets · Pastís calent de polenta, mongeta del carai i verdures, gratinat amb formatge · Postre de soja	26 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Pollastre* guisat amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps	27 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps
30 · Gratinat de pastanaga, bleda i patata · Pollastre* guisat amb poma i curri · 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.

NOVEMBRE

CURS 2020-2021

OVO LACTO VEGETARIÀ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	3 · Espaguetis a la carbonara vegetal · Pastís de mill i cigrons amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps	4 · Sopa de verdures amb arròs · Mongeta del ganxet i patata saltejada amb all i julivert · Fruita del temps	5 · Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades · Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel · logurt Natural	6 · Pastís de patata, salsa de tomàquet, ou dur i olives · Seità arrebossat amb amanida d'enciams i panses · Fruita del temps
9 · Fideus a la cassola amb verdures · Truita de formatge* amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	10 · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Estofat de seità amb pastanaga · Fruita del temps	11 · Sopa vegetal amb galets i polenta · Cigrons saltats amb mill, remolatxa, olives negres i pipes de girasol · Fruita del temps	12 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Guisat de tofu amb nap i verdures · Fruita del temps	13 · Crema de lleties vermelles i porros · Pizza hortolana amb verdures i tomàquet · logurt Natural
16 · "Trinxat" de bleda, carbassa i patata · Pastís de mill i cigrons amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps	17 · Lleties amb verdures · Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	18 · Macarrons marcianos · Vegenugets al forn amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps	19 · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets · Fricandó de seità amb pastanaga i patata · logurt Natural	20 · Arròs amb salsa de tomàquet · Tofu guisat amb pastanaga i amb salsa de peres · Fruita del temps
23 · Espaguetis napolitana · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	24 · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · logurt Natural	25 · Crema de verdures de tardor amb crostonets · Pastís calent de polenta, mongeta del carai i verdures, gratinat amb formatge · Fruita del temps	26 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Fricandó de tofu amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps	27 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Hamburguesa de cigrons i verdures amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps
30 · Gratinat de pastanaga, bleda i patata · Pastís de mill i picada vegetal i verdures, amb salsa de tomàquet i amanida · 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.

NOVEMBRE

CURS 2020-2021

S/LLEGUMS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	3 · Espaguetis a la napolitana · Llom de porc* a la planxa amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps	4 · Sopa de peix** amb arròs · Hamburguesa de vedella amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	5 · Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades · Lassanya d'arròs integral, verdures i pernil dolç gratinada amb beixamel · Iogurt Natural	6 · Pastís de patata, salsa de tomàquet, ou dur i olives · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps
9 · Fideus a la cassola amb verdures · Truita de formatge* amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	10 · Trinxat de col i patata amb oli d'all · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps	11 · Sopa d'au amb galets i polenta · Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet · Fruita del temps	12 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	13 · Crema de porros i verdures de tardor · Pizza hortolana amb verdures i tomàquet · Iogurt Natural
16 · "Trinxat" de bleda, carbassa i patata · Carn magra de porc* arrebossada amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	17 · Arròs integral amb verdures · Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	18 · Macarrons marcianos · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	19 · Crema de carbassa i porro · Pollastre* a la planxa amb xips de moniato · Iogurt Natural	20 · Arròs amb salsa de tomàquet · Timbal de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps
23 · Espaguetis napolitana · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	24 · Sopa d'au amb polenta i fideus · Pit de pollastre* a la planxa amb amanida d'enciams i magrana · Iogurt Natural	25 · Crema de verdures de tardor amb crostonets · Llom de porc* a planxa amb salsa de ceba i amanida · Fruita del temps	26 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps	27 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps
30 · Gratinat de pastanaga, bleda i patata · Pollastre* guisat amb poma i curri · 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.

NOVEMBRE

CURS 2020-2021

S/OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	3	4	5	6
FESTA	· Espaguetis a la carbonara vegetal s/ou	· Sopa de peix** amb arròs	· Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades	· Pastís de patata, salsa de tomàquet, carbassó i olives
LLIURE DISPOSICIÓ	· Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma	· Hamburguesa de vedella s/ou amb amanida d'enciams i magrana	· Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel	· Peix de llotja segons les millors captures**
	· Fruita del temps	· Fruita del temps	· logurt Natural	· Fruita del temps
9	10	11	12	13
· Fideus a la cassola amb verdures	· Mongeta del carai guisada amb patata i verdures	· Sopa d'au amb galets i polenta	· Arròs guisat amb ceba i pastanaga	· Crema de lleties vermelles i porros
· Bistec a la planxa amb amanida d'enciams i pastanaga	· Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà	· Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet	· Peix de llotja segons les millors captures**	· Pizza hortolana amb verdures i tomàquet
· Fruita del temps	· Fruita del temps	· Fruita del temps	· Fruita del temps	· logurt Natural
16	17	18	19	20
· "Trinxat" de bleda, carbassa i patata	· Lleties amb verdures	· Macarrons marcianos	· Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets	· Arròs amb salsa de tomàquet
· Carn magra arrebossada s/ou amb amanida d'enciams i pastanaga	· Pollastre a la planxa, amb salsa de tomàquet i amanida	· Peix de llotja segons les millors captures**	· Hamburguesa de pollastre* amb xips de moniato	· Timbal s/ou de vedella amb salsa de peres
· Fruita del temps	· Fruita del temps	· Fruita del temps	· logurt Natural	· Fruita del temps
23	24	25	26	27
· Espaguetis napolitana	· Cigrons estofats amb patates i verdures	· Crema de verdures de tardor amb crostonets	· "Trinxat" de col i patata amb oli d'all	· Arròs integral a la cassola amb verdures
· Peix de llotja segons les millors captures**	· Seità arrebossat s/ou amb salsa de tomàquet	· Llom de porc* a planxa amb salsa de ceba i amanida	· Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga	· Peix de llotja segons les millors captures**
· Fruita del temps	· logurt Natural	· Fruita del temps	· Fruita del temps	· Fruita del temps
30				
· Gratinat de pastanaga, bleda i patata				
· Pollastre* guisat amb poma i curri				
· 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.

NOVEMBRE

CURS 2020-2021

S/OU -S/FRUITS SECS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	3	4	5	6
FESTA	· Espaguetis a la carbonara vegetal s/ou	· Sopa de peix** amb arròs	· Crema de verdures de tardor amb crostonets	· Pastís de patata, salsa de tomàquet, carbassó i olives
LLIURE DISPOSICIÓ	· Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma	· Hamburguesa de vedella s/ou amb amanida d'enciams i magrana	· Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel	· Peix de llotja segons les millors captures**
	· Fruita del temps	· Fruita del temps	· logurt Natural	· Fruita del temps
9	10	11	12	13
· Fideus a la cassola amb verdures	· Mongeta del carai guisada amb patata i verdures	· Sopa d'au amb galets i polenta	· Arròs guisat amb ceba i pastanaga	· Crema de lleties vermelles i porros
· Bistec a la planxa amb amanida d'enciams i pastanaga	· Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà	· Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet	· Peix de llotja segons les millors captures**	· Pizza hortolana amb verdures i tomàquet
· Fruita del temps	· Fruita del temps	· Fruita del temps	· Fruita del temps	· logurt Natural
16	17	18	19	20
· "Trinxat" de bleda, carbassa i patata	· Lleties amb verdures	· Macarrons marcianos	· Hummus de cigrons s/sèsam i remolatxa amb bastonets	· Arròs amb salsa de tomàquet
· Carn magra arrebossada s/ou amb amanida d'enciams i pastanaga	· Pollastre a la planxa, amb salsa de tomàquet i amanida	· Peix de llotja segons les millors captures**	· Hamburguesa de pollastre* amb xips de moniato	· Timbal s/ou de vedella amb salsa de peres
· Fruita del temps	· Fruita del temps	· Fruita del temps	· logurt Natural	· Fruita del temps
23	24	25	26	27
· Espaguetis napolitana	· Cigrons estofats amb patates i verdures	· Crema de verdures de tardor amb crostonets	· "Trinxat" de col i patata amb oli d'alls	· Arròs integral a la cassola amb verdures
· Peix de llotja segons les millors captures**	· Seità arrebossat s/ou amb salsa de tomàquet	· Llom de porc* a planxa amb salsa de ceba i amanida	· Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga	· Peix de llotja segons les millors captures**
· Fruita del temps	· logurt Natural	· Fruita del temps	· Fruita del temps	· Fruita del temps
30				
· Gratinat de pastanaga, bleda i patata				
· Pollastre* guisat amb poma i curri				
· 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.

NOVEMBRE

CURS 2020-2021

S/PROTEÏNA VEDELLA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	3 · Espaguetis a la napolitana · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps	4 · Sopa de peix** amb arròs · Hamburguesa de pollastre amb amanida d'enciams i magrana · Postre de soja	5 · Crema de verdures de tardor amb llavors de carbassa torrades · Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel · Fruita del temps	6 · Pastís de patata, salsa de tomàquet, ou dur i olives · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps
9 · Fideus a la cassola amb verdures · Truita de formatge* amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	10 · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps	11 · Sopa d'au amb galets i polenta · Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet · Fruita del temps	12 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Postre de soja	13 · Crema de lleties vermelles i porros · Pizza hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps
16 · "Trinxat" de bleda, carbassa i patata · Carn magra de porc* arrebossada amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	17 · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	18 · Macarrons marcianos · Peix de llotja segons les millors captures** · Postre de soja	19 · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets · Hamburguesa de pollastre* amb xips de moniato · Fruita del temps	20 · Arròs amb salsa de tomàquet · Tofu guisat amb pastanaga i amb salsa de peres · Fruita del temps
23 · Espaguetis napolitana · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Postre de soja	24 · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps	25 · Crema de verdures de tardor amb crostonets · Llom de porc* a planxa amb salsa de ceba i amanida · Fruita del temps	26 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Pollastre* guisat amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps	27 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps
30 · Gratinat de pastanaga, bleda i patata · Pollastre* guisat amb poma i curri · 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.