

GENER

CURS 2020-2021

BASAL

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i pernil dolç*) · Vegenugets al forn amb amanida d'enciams i germinats · Iogurt Natural 	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps 	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la carbonara vegetal · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Lassanya de llenties i arròs integral gratinada amb beixamel · Iogurt Natural 	<p>15</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>18</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>19</p> <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps 	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets i polenta · Timbal de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps 	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i porros · Croquetes de mill i verdures amb amanida d'enciams i poma · Iogurt Natural
<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassa i patata · Carn magra de porc* arrebossada amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> · Llenties amb verdures · Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons amb salsa de formatge i olives negres · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa de pollastre* amb xips de moniato · Iogurt Natural 	<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro amb crostonets · Falàfel de cigrons amb amanida d'enciams i olives · 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.

GENER
CELÍAC

CURS 2020-2021

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
11 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i pernil dolç*) · Tofu a la planxa amb amanida d'enciams i germinats · logurt Natural 	12 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis d'arròs a la carbonara vegetal · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams olives · Fruita del temps 	14 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Lassanya s/gluten de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel s/gluten · logurt Natural 	15 <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
18 <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 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps 	20 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets s/gluten i polenta · Timbal s/gluten de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps 	21 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps 	22 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i porros · Croquetes s/gluten de mill i verdures amb amanida d'enciams i poma · logurt Natural
25 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de blada, carbassa i patata · Carn magra de porc arrebossada s/gluten amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Lleties amb verdures · Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons d'arròs amb salsa de formatge s/gluten i olives negres · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps 	28 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa de pollastre* amb xips de moniato · logurt Natural 	29 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro amb crostonets s/gluten · Falàfel de cigrons i sofregit s/gluten amb amanida d'enciams i olives · 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.

GENER

CURS 2020-2021

CELÍAC-S/LACTOSA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
11 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies amb truita s/lactosa · Tofu a la planxa amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps 	12 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma · Postre de soja 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis d'arròs a la carbonara vegetal s/lactosa · Truita s/lactosa de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	14 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Lassanya s/gluten de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel de civada s/gluten · Fruita del temps 	15 <ul style="list-style-type: none"> · Pastís s/lactosa de patata, salsa de tomàquet, ou dur i olives · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Postre de soja
18 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus s/gluten a la cassola amb verdures · Truita s/lactosa d'espínacs amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps 	20 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets s/gluten i polenta · Timbal s/gluten ni lactosa de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps 	21 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Postre de soja 	22 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i porros · Croquetes s/gluten i s/lactosa de mill i verdures · Fruita del temps
25 <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 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Lleties amb verdures · Truita s/lactosa de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons d'arròs amb salsa de formatge s/lactosa i olives negres · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps 	28 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa de pollastre* amb xips de moniato · Fruita del temps 	29 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro amb crostonets s/gluten · Falàfel de cigrons i sofregit s/gluten amb amanida d'enciams i olives · 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.

GENER

CURS 2020-2021

HALAL

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
11	12	13	14	15
<ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Vegenugets al forn amb amanida d'enciams i germinats · logurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Hamburguesa de vedella* s/porc, amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la carbonara vegetal · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel · logurt Natural 	<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
18	19	20	21	22
<ul style="list-style-type: none"> · Fideus a la cassola amb verdures · Truita de formatge* amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets i polenta · Timbal de vedella* s/porc amb salsa de peres · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i porros · Croquetes de mill i verdures amb amanida d'enciams i poma · logurt Natural
25	26	27	28	29
<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 	<ul style="list-style-type: none"> · Lleties amb verdures · Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons amb salsa de formatge i olives negres · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa de pollastre* amb xips de moniato · logurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro amb crostonets · Falàfel de cigrons amb amanida d'enciams i olives · 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 assurem 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.

GENER

CURS 2020-2021

HALAL - S/PROT.VEDELLA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
11 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Vegenuggets al forn amb amanida d'enciams i germinats · logurt Natural 	12 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Hamburguesa de pollastre* amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la carbonara vegetal · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	14 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel · logurt Natural 	15 <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
18 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus a la cassola amb verdures · Truita de formatge* amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps 	20 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets i polenta · Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps 	21 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	22 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i porros · Croquetes de mill i verdures amb amanida d'enciams i poma · logurt Natural
25 <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 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Lleties amb verdures · Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons amb salsa de formatge i olives negres · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	28 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa de pollastre* amb xips de moniato · logurt Natural 	29 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro amb crostonets · Falàfel de cigrons amb amanida d'enciams i olives · 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.

GENER

CURS 2020-2021

OVO LACTO VEGETARIÀ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Vegenuggets al forn amb amanida d'enciams i germinats · Iogurt Natural 	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Pastís de mill i cigrons amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps 	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la carbonara vegetal · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Lassanya de llenties i arròs integral gratinada amb beixamel · Iogurt Natural 	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> · Pastís de patata, salsa de tomàquet, ou dur i olives · Seità arrebossat amb amanida d'enciams i panses · Fruita del temps
<p>18</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>19</p> <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Estofat de seità amb pastanaga · Fruita del temps 	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb galets i polenta · Mongeta del ganxet saltada amb remolatxa, olives negres i pipes de girasol · Fruita del temps 	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Guisat de tofu amb nap i verdures · Fruita del temps 	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i porros · Croquetes de mill i verdures amb amanida d'enciams i poma · Iogurt Natural
<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassa i patata · Pastís de mill i cigrons amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps 	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> · Llenties amb verdures · Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons amb salsa de formatge i olives negres · Vegenuggets al forn amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps 	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets · Arròs amb salsa de tomàquet · Iogurt Natural 	<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro amb crostonets · Falàfel de cigrons amb amanida d'enciams i olives · 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.

GENER

CURS 2020-2021

S/LACTOSA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
11	12	13	14	15
<ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies amb truita s/lactosa · Vegenugets de tofu i bolets al forn amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma · Postre de soja 	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis carbonara vegetal amb beguda de civada · Truita s/lactosa de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel s/lactosa · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Pastís s/lactosa de patata, salsa de tomàquet, ou dur i olives · Peix de llotja segons les millors captures** · Postre de soja
18	19	20	21	22
<ul style="list-style-type: none"> · Fideus a la cassola amb verdures · Truita s/lactosa d'espínacs amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets i polenta · Timbal s/lactosa de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Postre de soja 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i porros · Croquetes s/lactosa de mill i verdures · Fruita del temps
25	26	27	28	29
<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 	<ul style="list-style-type: none"> · Lleties amb verdures · Truita s/lactosa de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons amb salsa de formatge s/lactosa i olives negres · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa de conill* amb xips de moniato · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro amb crostonets · Falàfel de cigrons, sofregit i picada vegetal amb amanida d'enciams i olives · 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 asseguruem 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.

GENER

CURS 2020-2021

S/LLEGUMS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
11 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i pernil dolç*) · Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i magrana · Iogurt Natural 	12 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Llom de porc* a la planxa amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la napolitana · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	14 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Lassanya d'arròs integral, verdures i pernil dolç gratinada amb beixamel · Iogurt Natural 	15 <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
18 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus a la cassola amb verdures · Truita de formatge* amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Gratinat de pastanaga, bleda i patata · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps 	20 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets i polenta · Timbal de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps 	21 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	22 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de porros i verdures d'hivern · Croquetes de mill i verdures amb amanida d'enciams i poma · Iogurt Natural
25 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassa i patata · Carn magra de porc* arrebossada amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral amb verdures · Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons amb salsa de formatge i olives negres · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	28 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa de pollastre* amb xips de moniato · Iogurt Natural 	29 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro amb crostonets · Pit de pollastre* a la planxa amb amanida d'enciams i magrana · 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.

GENER

CURS 2020-2021

S/OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
11 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i pernil dolç*) · Vegenuggets al forn amb amanida d'enciams i germinats · Iogurt Natural 	12 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la carbonara vegetal · Pollastre* a la planxa, amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps 	14 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Lassanya de llenties i arròs integral gratinada amb beixamel · Iogurt Natural 	15 <ul style="list-style-type: none"> · Pastís de patata, salsa de tomàquet, carbassa i olives · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps
18 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus a la cassola amb verdures · Bistec a la planxa amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps 	20 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets i polenta · Timbal s/ou de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps 	21 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	22 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i porros · Croquetes s/ou de mill i verdures amb amanida d'enciams i poma · Iogurt Natural
25 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassa i patata · Carn magra* arrebossada s/ou amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Llenties amb verdures · Pollastre* a la planxa, amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons amb salsa de formatge i olives negres · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	28 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa de pollastre* amb xips de moniato · Iogurt Natural 	29 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro amb crostonets · Falàfel de cigrons amb amanida d'enciams i olives · 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.

GENER

CURS 2020-2021

S/OU - S/FRUITS SECS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
11	12	13	14	15
<ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies s/truita · Vegenugets al forn amb amanida d'enciams i germinats · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la carbonara vegetal s/ou · Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb crostonets · Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Pastís de patata, salsa de tomàquet, carbassa i olives · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps
18	19	20	21	22
<ul style="list-style-type: none"> · Fideus a la cassola amb verdures · Gall dindi* a la planxa amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets i polenta · Timbal s/ou de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i porros · Croquetes s/ou de mill i verdures amb amanida d'enciams i poma · Iogurt Natural
25	26	27	28	29
<ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleida, carbassa i patata · Carn magra de porc* arrebossada s/ou amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Lleties amb verdures · Pollastre* a la planxa, amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons amb salsa de formatge i olives negres · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa de pollastre* amb xips de moniato · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro amb crostonets · Falàfel de cigrons amb amanida d'enciams i olives · 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.

GENER

CURS 2020-2021

S/PEIX

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
11 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i pernil dolç*) · Vegenuggets al forn amb amanida d'enciams i germinats · Iogurt Natural 	12 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la carbonara vegetal · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	14 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel · Iogurt Natural 	15 <ul style="list-style-type: none"> · Pastís de patata, salsa de tomàquet, ou dur i olives · Pollastre* a la planxa amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps
18 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus a la cassola amb verdures · Truita de formatge* amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps 	20 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets i polenta · Timbal de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps 	21 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Bistec de vedella amb amanida · Fruita del temps 	22 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i porros · Croquetes de mill i verdures amb amanida d'enciams i poma · Iogurt Natural
25 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassa i patata · Carn magra de porc* arrebossada amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Lleties amb verdures · Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons amb salsa de formatge i olives negres · Vegenuggets al forn amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps 	28 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa de pollastre* amb xips de moniato · Iogurt Natural 	29 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro amb crostonets · Falàfel de cigrons amb amanida d'enciams i olives · 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.

GENER

CURS 2020-2021

S/PROTEÏNA CARN VEDELLA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i pernil dolç*) · Vegenuggets al forn amb amanida d'enciams i germinats · logurt Natural 	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps 	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la carbonara vegetal · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb llavors de carbassa torrades · Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel · logurt Natural 	<p>15</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>18</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>19</p> <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps 	<p>20</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>21</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i porros · Croquetes de mill i verdures amb amanida d'enciams i poma · logurt Natural
<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassa i patata · Carn magra de porc* arrebossada amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	<p>26</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>27</p> <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons amb salsa de formatge i olives negres · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps 	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa de pollastre* amb xips de moniato · logurt Natural 	<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro amb crostonets · Falàfel de cigrons amb amanida d'enciams i olives · 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.