

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1	2
		<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de peix** amb arròs</li> <li>· Mandonguilles* a la jardinera</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives)</li> <li>· Vegenugets fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i germinats</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
	6	7	8	9
<b>FESTIU</b>	<b>LLIURE DISPOSICIÓ</b>	<b>FESTIU</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs guisat amb ceba i pastanaga</li> <li>· Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet i amanida</li> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassa i porro amb crostonets</li> <li>· Espaguetis carbonara vegetal</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
	13	14	15	16
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral a la cassola amb verdures</li> <li>· Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa d'au amb galets i polenta</li> <li>· Timbal de vedella amb salsa de peres</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Cigrons guisats amb patata i verdures</li> <li>· Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· "Trinxat" de col i patata amb oli d'all</li> <li>· Hamburguesa vegetariana feta a la cuina***, amb amanida</li> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons amb salsa de tomàquet</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures**</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
	20	21	<b>MENÚ DE NADAL</b> 22	
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Llenties amb patata i verdures</li> <li>· Truita de pastanaga i patata amb amanida d'enciams i sèsam torrat</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures de temporada amb crostonets</li> <li>· Pit de gall dindi* arrebossat amb amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de Nadal amb galets</li> <li>· Canelons de pollastre*, porc* i vedella gratinats amb beixamel</li> <li>· Torrons*</li> </ul>		

\* 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](http://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](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenugets i mandonguilles vgetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni to

DESEMBRE

CURS 2021-2022

**CELÍAC**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 · Sopa de peix** amb arròs  · Mandonguilles s/gluten a la jardinera  · Fruita del temps	2 · Macarrons d'arròs amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet  · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida  · Fruita del temps	3 · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives)  · Vegenugets s/gluten fets a la cuina***, al forn amb amanida d'enciams i germinats  · Fruita del temps
6 <b>FESTIU</b>	7 <b>LLIURE DISPOSICIÓ</b>	8 <b>FESTIU</b>	9 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga  · Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet i amanida  · Iogurt Natural	10 · Crema de carbassa i porro amb crostonets s/gluten  · Espaguetis d'arròs a la carbonara vegetal  · Fruita del temps
13 · Arròs integral a la cassola amb verdures  · Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives  · Fruita del temps	14 · Sopa d'au amb galets s/gluten i polenta  · Timbal de vedella s/gluten, amb salsa de peres  · Fruita del temps	15 · Cigrons guisats amb patata i verdures  · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà  · Fruita del temps	16 · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all  · Hamburguesa vegetariana s/gluten feta a la cuina***, amb amanida  · Iogurt Natural	17 · Macarrons s/gluten amb salsa de tomàquet  · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida  · Fruita del temps
20 · Llenties amb patata i verdures  · Truita de pastanaga i patata amb amanida d'enciams i sèsam torrat  · Fruita del temps	21 · Crema de verdures de temporada amb crostonets s/gluten  · Pit de gall dindi* arrebossat s/gluten amb amanida d'enciams i pastanaga  · Fruita del temps	22 <b>MENÚ DE NADAL</b>		23 · Sopa de Nadal amb pasta s/gluten  · Canelons s/gluten de pollastre, porc i vedella gratinats amb beixamel s/gluten  · Torró* tipus Xixona s/gluten

\* 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](http://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](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenugets i mandonguilles vgetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni to

DESEMBRE

CURS 2021-2022

**CELÍAC - S/LACTOSA**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de peix** amb arròs</li> <li>· Mandonguilles* s/gluten s/lactosa a la jardineria</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons d'arròs amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs 3 delícies (pastanaga, truita s/lactosa i olives)</li> <li>· Vegenugetts fets a la cuina*** s/gluten s/lactosa, al forn amb amanida d'enciams i germinats</li> <li>· Postre de soja</li> </ul>
			<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs guisat amb ceba i pastanaga</li> <li>· Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet i amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassa i porro amb crostonets s/gluten</li> <li>· Espaguetis d'arròs a la carbonara vegetal</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
<b>FESTIU</b>	<b>LLIURE DISPOSICIÓ</b>	<b>FESTIU</b>		
<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral a la cassola amb verdures</li> <li>· Truita s/lactosa de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa d'au amb galets s/gluten i polenta</li> <li>· Timbal s/gluten s/lactosa de vedella* amb salsa de peres</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Cigrons guisats amb patata i verdures</li> <li>· Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà</li> <li>· Postre de soja</li> </ul>	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· "Trinxat" de col i patata amb oli d'all</li> <li>· Hamburguesa vegetariana s/gluten s/lactosa feta a la cuina***. amb amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons s/gluten amb salsa de tomàquet</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Llenties amb patata i verdures</li> <li>· Truita s/lactosa de pastanaga i patata amb amanida d'enciams i sèsam torrat</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures de temporada amb crostonets s/gluten</li> <li>· Pit de gall dindi* arrebossat s/gluten amb amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p><b>MENÚ DE NADAL</b> 22</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de Nadal amb pasta s/gluten</li> <li>· Canelons s/gluten de pollastre*, porc* i vedella* gratinats amb beixamel s/lactosa i s/gluten</li> <li>· Torró* tipus Xixona s/gluten i s/lactosa</li> </ul>		

\* 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](http://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](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenugetts i mandonguilles vgetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni to

DESEMBRE

CURS 2021-2022

**HALAL**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1	2
		<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de peix** amb arròs</li> <li>· Mandonguilles de vedella a la jardinera</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives)</li> <li>· Vegenugets fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i germinats</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
	6	7	8	9
<b>FESTIU</b>	<b>LLIURE DISPOSICIÓ</b>	<b>FESTIU</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs guisat amb ceba i pastanaga</li> <li>· Pit de gall dindi* al forn amb all i julivert, amb amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassa i porro amb crostonets</li> <li>· Espaguetis carbonara vegetal</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
	13	14	15	16
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral a la cassola amb verdures</li> <li>· Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa d'au amb galets i polenta</li> <li>· Timbal de vedella s/porc amb salsa de peres</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Cigrons guisats amb patata i verdures</li> <li>· Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· "Trinxat" de col i patata amb oli d'all</li> <li>· Hamburguesa vegetariana feta a la cuina***, amb amanida</li> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons amb salsa de tomàquet</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures**</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
	20	21	<b>MENÚ DE NADAL</b> 22	
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Llenties amb patata i verdures</li> <li>· Truita de pastanaga i patata amb amanida d'enciams i sèsam torrat</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures de temporada amb crostonets</li> <li>· Pit de gall dindi* arrebossat amb amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa s/porc de Nadal amb galets</li> <li>· Canelons de pollastre, i vedella, s/porc gratinats amb beixamel</li> <li>· Torrons*</li> </ul>		

\* 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](http://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](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenugets i mandonguilles vgetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni to

DESEMBRE

CURS 2021-2022

**OVO LACTO VEGETARIÀ**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1	2
		<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de verdures amb arròs</li> <li>· Mandonguilles vegetals a la jardineria</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets</li> <li>· Macarrons amb salsa de formatge i olives negres</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives)</li> <li>· Vegenugets fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i germinats</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
	6	7	8	9
<b>FESTIU</b>	<b>LLIURE DISPOSICIÓ</b>	<b>FESTIU</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs guisat amb ceba i pastanaga</li> <li>· Cigrons saltats amb mill, remolatxa, olives negres i pipes de girasol</li> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassa i porro amb crostonets</li> <li>· Espaguetis carbonara vegetal</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
	13	14	15	16
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral a la cassola amb verdures</li> <li>· Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa vegetal amb galets</li> <li>· Pastís de mill i mongeta del carai amb salsa de tomàquet i amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Cigrons guisats amb patata i verdures</li> <li>· Estofat de seità amb pastanaga</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· "Trinxat" de col i patata amb oli d'all</li> <li>· Hamburguesa vegetariana feta a la cuina***, amb amanida</li> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons amb salsa de tomàquet</li> <li>· Guisat de tofu amb nap i verdures</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
	20	21	<b>MENÚ DE NADAL</b> 22	
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Llenties amb patata i verdures</li> <li>· Truita de pastanaga i patata amb amanida d'enciams i sèsam torrat</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures de temporada amb crostonets</li> <li>· Seità arrebossat amb salsa de tomàquet</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de Nadal amb verdures i galets</li> <li>· Canelons d'espínacs i verdures* gratinats amb beixamel</li> <li>· Torrons*</li> </ul>		

\* 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](http://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](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenugets i mandonguilles vgetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni to

DESEMBRE

CURS 2021-2022

**S/CARN VEDELLA**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1	2	3
		<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de peix** amb arròs</li> <li>· Mandonguilles* a la jardinera</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives)</li> <li>· Vegenugets fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i germinats</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
6	7	8	9	10
<b>FESTIU</b>	<b>LLIURE DISPOSICIÓ</b>	<b>FESTIU</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs guisat amb ceba i pastanaga</li> <li>· Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet i amanida</li> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassa i porro amb crostonets</li> <li>· Espaguetis carbonara vegetal</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
13	14	15	16	17
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral a la cassola amb verdures</li> <li>· Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa d'au amb galets i polenta</li> <li>· Timbal de carn de porc* al forn amb salsa de peres</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Cigrons guisats amb patata i verdures</li> <li>· Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· "Trinxat" de col i patata amb oli d'all</li> <li>· Hamburguesa vegetariana feta a la cuina***, amb amanida</li> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons amb salsa de tomàquet</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures**</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
20	21	<b>MENÚ DE NADAL</b> 22		
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Llenties amb patata i verdures</li> <li>· Truita de pastanaga i patata amb amanida d'enciams i sèsam torrat</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures de temporada amb crostonets</li> <li>· Pit de gall dindi* arrebossat amb amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de Nadal s/vedella amb galets</li> <li>· Canelons de pollastre* i porc* s/vedella gratinats amb beixamel</li> <li>· Torrons*</li> </ul>		

\* 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](http://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](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenugets i mandonguilles vgetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni to

DESEMBRE

CURS 2021-2022

S/FRUITS SECS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1	2	3
		<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de peix** amb arròs</li> <li>· Mandonguilles* a la jardinera</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet</li> <li>· Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives)</li> <li>· Vegenugets s/fruits secs fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i germinats</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
6	7	8	9	10
<b>FESTIU</b>	<b>LLIURE DISPOSICIÓ</b>	<b>FESTIU</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs guisat amb ceba i pastanaga</li> <li>· Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet i amanida</li> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassa i porro amb crostonets</li> <li>· Espaguetis carbonara vegetal</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
13	14	15	16	17
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral a la cassola amb verdures</li> <li>· Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa d'au amb galets i polenta</li> <li>· Timbal de vedella amb salsa de peres</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Cigrons guisats amb patata i verdures</li> <li>· Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· "Trinxat" de col i patata amb oli d'all</li> <li>· Hamburguesa vegetariana s/fruits secs feta a la cuina***, amb amanida</li> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons amb salsa de tomàquet</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures**</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
20	21	<b>MENÚ DE NADAL</b> 22		
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Llenties amb patata i verdures</li> <li>· Truita de pastanaga i patata amb amanida d'enciams i olives, s/sèsam</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures de temporada amb crostonets</li> <li>· Pit de gall dindi* arrebossat amb amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de Nadal amb galets</li> <li>· Canelons de pollastre*, porc* i vedella gratinats amb beixamel</li> <li>· Xuxes*</li> </ul>		

\* 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](http://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](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenugets i mandonguilles vgetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni to







DESEMBRE

CURS 2021-2022

**S/LLEGUMS**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1	2	3
		<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de peix** amb arròs</li> <li>· Mandonguilles* a la jardinera</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet</li> <li>· Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives)</li> <li>· Vegenugets s/llegums fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i germinats</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
6	7	8	9	10
<b>FESTIU</b>	<b>LLIURE DISPOSICIÓ</b>	<b>FESTIU</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs guisat amb ceba i pastanaga</li> <li>· Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet i amanida</li> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassa i porro amb crostonets</li> <li>· Espaguetis amb salsa de formatge</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
13	14	15	16	17
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral a la cassola amb verdures</li> <li>· Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa d'au amb galets i polenta</li> <li>· Timbal de vedella amb salsa de peres</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Mill amb verdures</li> <li>· Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· "Trinxat" de col i patata amb oli d'all</li> <li>· Hamburguesa vegetariana s/llegums feta a la cuina***, amb amanida</li> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons amb salsa de tomàquet</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures**</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
20	21	<b>MENÚ DE NADAL</b> 22		
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs amb verdures</li> <li>· Truita de pastanaga i patata amb amanida d'enciams i sèsam torrat</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures de temporada amb crostonets</li> <li>· Pit de gall dindi* arrebossat amb amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de Nadal amb galets</li> <li>· Canelons de pollastre*, porc* i vedella gratinats amb beixamel</li> <li>· Torrons*</li> </ul>		

\* 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](http://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](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenugets i mandonguilles vgetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni to

DESEMBRE

CURS 2021-2022

S/OU						
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIJOUS	DIVENDRES	
			1	2	3	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de peix** amb arròs</li> <li>· Mandonguilles* s/ou a la jardinera</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs 3 delícies (pastanaga, pernil dolç* i olives)</li> <li>· Vegenugets fets a la cuina*** s/ou al forn amb amanida d'enciams i germinats</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>		
	6	7	8	9	10	
<b>FESTIU</b>	<b>LLIURE DISPOSICIÓ</b>	<b>FESTIU</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs guisat amb ceba i pastanaga</li> <li>· Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet i amanida</li> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassa i porro amb crostonets</li> <li>· Espaguetis carbonara vegetal</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>		
	13	14	15	16	17	
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral a la cassola amb verdures</li> <li>· Pollastre* a la planxa, amb salsa de tomàquet i amanida</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa d'au amb galets i polenta</li> <li>· Timbal s/ou de vedella amb salsa de peres</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Cigrons guisats amb patata i verdures</li> <li>· Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· "Trinxat" de col i patata amb oli d'all</li> <li>· Hamburguesa vegetariana feta a la cuina*** s/ou, amb amanida</li> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons amb salsa de tomàquet</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures**</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>		
	20	21	<b>MENÚ DE NADAL</b> 22			
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Llenties amb patata i verdures</li> <li>· Peix de llotja segons les millors captures**</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures de temporada amb crostonets</li> <li>· Pit de gall dindi* arrebossat s/ou amb amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de Nadal amb galets</li> <li>· Canelons s/ou de pollastre*, porc* i vedella gratinats amb beixamel</li> <li>· Torrons* s/ou</li> </ul>				

\* 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](http://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](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenugets i mandonguilles vgetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni to



DESEMBRE

CURS 2021-2022

S/PEIX

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de verdures amb arròs</li> <li>· Mandonguilles* a la jardinera</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet</li> <li>· Bistec de vedella amb amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives)</li> <li>· Vegenugets fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i germinats</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
	<p>6</p> <p><b>LLIURE</b></p> <p><b>DISPOSICIÓ</b></p>	<p>7</p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs guisat amb ceba i pastanaga</li> <li>· Salsitxes* de porc amb salsa de tomàquet i amanida</li> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassa i porro amb crostonets</li> <li>· Espaguetis carbonara vegetal</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs integral a la cassola amb verdures</li> <li>· Truita de patata i calçots amb amanida d'enciams i olives</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa d'au amb galets i polenta</li> <li>· Timbal de vedella amb salsa de peres</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Cigrons guisats amb patata i verdures</li> <li>· Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· "Trinxat" de col i patata amb oli d'all</li> <li>· Hamburguesa vegetariana feta a la cuina***, amb amanida</li> <li>· Iogurt Natural</li> </ul>	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Macarrons amb salsa de tomàquet</li> <li>· Pollastre* a la planxa amb amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>
<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Llenties amb patata i verdures</li> <li>· Truita de pastanaga i patata amb amanida d'enciams i sèsam torrat</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures de temporada amb crostonets</li> <li>· Pit de gall dindi* arrebossat amb amanida d'enciams i pastanaga</li> <li>· Fruita del temps</li> </ul>	<p><b>MENÚ DE NADAL</b> 22</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de Nadal amb galets</li> <li>· Canelons de pollastre*, porc* i vedella gratinats amb beixamel</li> <li>· Torrons*</li> </ul>		

\* 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](http://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](http://www.ecomenja.com).

\*\*\* les hamburgueses, vegenugets i mandonguilles vgetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni to