

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lleties amb remolatxa, tomàquet i olives · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	3 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Espaguetis a la bolonyesa vegetal · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Hamburguesa de vedella amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	5 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'alls · Pollastre* al forn amb tomàquet · Fruita del temps 	6 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Iogurt Natural
9 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Llom de porc* a planxa amb salsa de ceba i amanida · Iogurt Natural 	10 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps 	11 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb mill i mongeta del carai · Gall dindi* guisat amb poma i curri · Fruita del temps 	12 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'espínacs amb enciam, olives i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps
16 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita de carbassó amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	17 <ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de col amb patata · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps 	18 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Iogurt Natural 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets i polenta · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps 	20 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassó amb crostonets · Llassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel · Fruita del temps
23 <ul style="list-style-type: none"> · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Mandonguilles* a la jardineria · Fruita del temps 	24 <ul style="list-style-type: none"> · Lleties guisades amb patata i verdures · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	25 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb arròs · Pit de gall dindi* al forn amb all i julivert i amb xips de patata · Batut amb maduixes del Maresme 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcyanos · Vegenugetts fets a la cuina*** amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps
30 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Truita de pastanaga i formatge amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural 	31 <ul style="list-style-type: none"> · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets · Pollastre* guisat amb patata i xampinyons · 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.

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

MAIG

CURS 2021-2022

CELÍAC

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lleties amb remolatxa, tomàquet i olives · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	3 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets s/gluten · Espaguetis d'arròs a la bolonyesa vegetal s/gluten · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Hamburguesa s/gluten de vedella amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	5 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'alls · Pollastre* al forn amb tomàquet · Fruita del temps 	6 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus s/gluten a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · logurt Natural
9 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Llom de porc* a planxa amb salsa de ceba i amanida · logurt Natural 	10 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Hamburguesa vegetariana s/gluten feta a la cuina***, amb amanida · Fruita del temps 	11 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb mill i mongeta del carai · Gall dindi* guisat amb poma i curri · Fruita del temps 	12 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'espínacs s/gluten amb enciam, olives i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps
16 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis d'arròs amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita de carbassó amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	17 <ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de col amb patata · Fricandó s/gluten de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps 	18 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · logurt Natural 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets s/gluten i polenta · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps 	20 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassó amb crostonets s/gluten · Lassanya s/gluten de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel s/gluten · Fruita del temps
23 <ul style="list-style-type: none"> · Taboulé (amanida de mill, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Mandonguilles* s/gluten a la jardineria · Fruita del temps 	24 <ul style="list-style-type: none"> · Lleties guisades amb patata i verdures · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	25 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb arròs · Pit de gall dindi* al forn amb all i julivert i amb xips de patata · Batut amb maduixes del Maresme 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons d'arròs marcianos · Vegenugets s/gluten fets a la cuina***, al forn amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Fruita del temps
30 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Truita de pastanaga i formatge amb amanida d'enciams i olives · logurt Natural 	31 <ul style="list-style-type: none"> · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets s/gluten · Pollastre guisat amb patata i xampinyons · 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

MAIG

CURS 2021-2022

CELÍAC - S/LACTOSA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lleties amb remolatxa, tomàquet i olives · Truita s/lactosa d'espinaacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	3 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets s/gluten · Espaguetis d'arròs a la bolonyesa vegetal s/gluten · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Hamburguesa s/lactosa de vedella amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	5 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'alls · Pollastre* al forn amb tomàquet · Fruita del temps 	6 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus s/gluten a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Postre de soja
9 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Llom de porc* a planxa amb salsa de ceba i amanida · Postre de soja 	10 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Hamburguesa vegetariana s/gluten s/llet feta a la cuina***, amb amanida · Fruita del temps 	11 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb mill i mongeta del carai · Gall dindi* guisat amb poma i curri · Fruita del temps 	12 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'espivals s/gluten amb enciam, olives i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita s/lactosa de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps
16 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis d'arròs amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita s/lactosa de carbassó amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	17 <ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de col amb patata · Fricandó s/gluten de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps 	18 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Postre de soja 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets s/gluten i polenta · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps 	20 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassó amb crostonets s/gluten · Lassanya s/gluten s/lactosa de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel s/gluten · Fruita del temps
23 <ul style="list-style-type: none"> · Taboulé (amanida de mill, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Mandonguilles s/gluten i s/lactosa a la jardineria · Fruita del temps 	24 <ul style="list-style-type: none"> · Lleties guisades amb patata i verdures · Truita s/lactosa de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	25 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb arròs · Pit de gall dindi* al forn amb all i julivert i amb xips de patata · Batut de maduixa amb postre de soja 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons d'arròs marcianos amb beixamel de beguda de civada · Vegenugets s/lactosa i s/gluten fets a la cuina***, al forn amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita s/lactosa i olives) · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Fruita del temps
30 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Truita s/lactosa de pastanaga i formatge s/lactosa amb amanida · Postre de soja 	31 <ul style="list-style-type: none"> · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets s/gluten · Pollastre* guisat amb patata i xampinyons · 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.

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

MAIG

CURS 2021-2022

HALAL

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lleties amb remolatxa, tomàquet i olives · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	3 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Espaguetis a la bolonyesa vegetal · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Hamburguesa de vedella s/porc, amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps 	5 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'alls · Pollastre* al forn amb tomàquet · Fruita del temps 	6 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Iogurt Natural
9 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Bistec de vedella a la planxa amb salsa de ceba i amanida · Iogurt Natural 	10 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps 	11 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb mill i mongeta del carai · Gall dindi* guisat amb poma i curri · Fruita del temps 	12 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'espínacs amb enciam, olives i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps
16 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita de carbassó amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	17 <ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de col amb patata · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps 	18 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Iogurt Natural 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets i polenta · Hamburguesa de pollastre* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps 	20 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassó amb crostonets · Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel · Fruita del temps
23 <ul style="list-style-type: none"> · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Mandonguilles de vedella a la jardinera · Fruita del temps 	24 <ul style="list-style-type: none"> · Lleties guisades amb patata i verdures · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	25 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb arròs · Pit de gall dindi* al forn amb all i julivert i amb xips de patata · Batut amb maduixes del Maresme 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcianos · Vegenugets fets a la cuina*** al forn amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps
30 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Truita de pastanaga i formatge amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural 	31 <ul style="list-style-type: none"> · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets · Pollastre* guisat amb patata i xampinyons · 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.

MAIG

CURS 2021-2022

OVO LACTO VEGETARIÀ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lleties amb remolatxa, tomàquet i olives · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	3 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Espaguetis a la bolonyesa vegetal · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Falàfel de cigrons i amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	5 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'alls · Vegenugetts fets a la cuina*** amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps 	6 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Mongeta del ganxet i patata saltejada amb all i julivert · logurt Natural
9 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina***, amb amanida · logurt Natural 	10 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps 	11 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb mill i fideus · Tofu guisat amb poma i curri · Fruita del temps 	12 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i verdures de primavera · Amanida d'espínacs amb enciam, olives i tomàquet · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps
16 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita de carbassó amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	17 <ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de col amb patata · Fricandó de seità amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps 	18 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Pastís de polenta i picada vegetal, gratinat amb formatge, i amanida · logurt Natural 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de verdures amb galets i polenta · Tofu guisat amb pastanaga i amb salsa de peres · Fruita del temps 	20 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassó amb crostonets · Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel · Fruita del temps
23 <ul style="list-style-type: none"> · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Mandonguilles vegetals a la jardineria · Fruita del temps 	24 <ul style="list-style-type: none"> · Lleties guisades amb patata i verdures · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	25 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de verdures amb arròs integral · Guisat de tofu amb nap i verdures · Batut amb maduixes del Maresme 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcianos · Vegenugetts fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Cigrons saltats amb mill, remolatxa, olives negres i pipes de girasol · Fruita del temps
30 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Truita de pastanaga i formatge amb amanida d'enciams i olives · logurt Natural 	31 <ul style="list-style-type: none"> · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets · Pastís de mill 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 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.

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

MAIG

CURS 2021-2022

S/FRUITS SECS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 · Amanida de lleties amb remolatxa, tomàquet i olives · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	3 · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Espaguetis a la bolonyesa vegetal · Fruita del temps	4 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Hamburguesa de vedella amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	5 · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'alls · Pollastre* al forn amb tomàquet · Fruita del temps	6 · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Iogurt Natural
9 · Mongeta tendra amb patata · Llom de porc* a la planxa amb salsa de ceba i amanida · Iogurt Natural	10 · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps	11 · Sopa vegetal amb mill i mongeta del carai · Gall dindi* guisat amb poma i curri · Fruita del temps	12 · Amanida d'espínacs amb enciam, olives i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps	13 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps
16 · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita de carbassó amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	17 · Trinxat de col amb patata · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps	18 · Arròs amb salsa de tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Iogurt Natural	19 · Sopa d'au amb galets i polenta · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps	20 · Crema de carbassó amb crostonets · Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel · Fruita del temps
23 · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, s/panses, julivert i menta) · Mandonguilles* a la jardineria · Fruita del temps	24 · Lleties guisades amb patata i verdures · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	25 · Sopa de peix** amb arròs · Pit de gall dindi* al forn amb all i julivert i amb xips de patata · Batut amb maduixes del Maresme	26 · Macarrons marcyanos · Vegenugets s/fruits secs fets a la cuina*** al forn amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps	27 · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps
30 · Mongeta tendra amb patata · Truita de pastanaga i formatge amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	31 · Hummus s/sèsam de cigrons i remolatxa amb bastonets · Pollastre* guisat amb patata i xampinyons · 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.

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

MAIG

CURS 2021-2022

S/LACTOSA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lleties amb remolatxa, tomàquet i olives · Truita s/lactosa d'espinaçs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	3 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Espaguetis a la bolonyesa vegetal · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Hamburguesa s/lactosa de vedella amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	5 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'alls · Pollastre* al forn amb tomàquet · Fruita del temps 	6 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Postre de soja
9 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Llom de porc* a la planxa amb salsa de ceba i amanida · Postre de soja 	10 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps 	11 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb mill i mongeta del carai · Gall dindi* guisat amb poma i curri · Fruita del temps 	12 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'espinaçs amb enciam, olives i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita s/lactosa de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps
16 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita s/lactosa de carbassó amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	17 <ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de col amb patata · Fricandó de vedella* amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps 	18 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Postre de soja 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets i polenta · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps 	20 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassó amb crostonets · Lassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel s/lactosa · Fruita del temps
23 <ul style="list-style-type: none"> · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Mandonguilles* s/lactosa a la jardineria · Fruita del temps 	24 <ul style="list-style-type: none"> · Lleties guisades amb patata i verdures · Truita s/lactosa de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	25 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb arròs · Pit de gall dindi* al forn amb all i julivert i amb xips de patata · Batut de maduixa amb postre de soja 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcanos amb beixamel de beguda de civada · Vegenugets s/lactosa fets a la cuina*** al forn amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita s/lactosa i olives) · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps
30 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Truita s/lactosa de pastanaga i formatge s/lactosa amb amanida · Postre de soja 	31 <ul style="list-style-type: none"> · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets · Pollastre* guisat amb patata i xampinyons · 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.

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

MAIG

CURS 2021-2022

S/LLEGUMS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 · Cous cous amb verdures · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	3 · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Espaguetis a la napolitana · Fruita del temps	4 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Hamburguesa de vedella amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	5 · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre al forn amb tomàquet · Fruita del temps	6 · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Iogurt Natural
9 · Gratinat de bròquil i patata amb oli d'all · Llom de porc* a planxa amb salsa de ceba i amanida · Iogurt Natural	10 · Pastís de patata, salsa de tomàquet, ou dur i olives · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps	11 · Sopa vegetal amb mill i fideus · Gall dindi* guisat amb poma i curri · Fruita del temps	12 · Amanida d'espírels amb enciam, olives i tomàquet · Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida · Fruita del temps	13 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps
16 · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita de carbassó amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	17 · Trinxat de col amb patata · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps	18 · Arròs amb salsa de tomàquet · Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida · Iogurt Natural	19 · Sopa d'au amb galets i polenta · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps	20 · Crema de carbassó amb crostonets · Lassanya d'arròs integral, verdures i pernil dolç gratinada amb beixamel · Fruita del temps
23 · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Mandonguilles* a la jardinera · Fruita del temps	24 · Crema de verdures de primavera · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	25 · Sopa de peix** amb arròs · Pit de gall dindi* al forn amb all i julivert i amb xips de patata · Batut amb maduixes del Maresme	26 · Macarrons marcianos · Vegenugets s/llegums fets a la cuina*** al forn amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps	27 · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida · Fruita del temps
30 · Gratinat de bleda i patata · Truita de pastanaga i formatge amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	31 · Arròs integral amb verdures · Pollastre* guisat amb patata i xampinyons · 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.

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

MAIG

CURS 2021-2022

S/OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lleties amb remolatxa, tomàquet i olives · Pit de gall dindi* a la planxa amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	3 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Espaguetis a la bolonyesa vegetal · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Hamburguesa de vedella s/ou amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	5 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'alls · Pollastre* al forn amb tomàquet · Fruita del temps 	6 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Iogurt Natural
9 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Llom de porc* a la planxa amb salsa de ceba i amanida · Iogurt Natural 	10 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat s/ou amb salsa de tomàquet · Fruita del temps 	11 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb mill i mongeta del carai · Gall dindi* guisat amb poma i curri · Fruita del temps 	12 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'espivals amb enciam, olives i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Pollastre* a la planxa, amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps
16 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps 	17 <ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de col amb patata · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps 	18 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Iogurt Natural 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets i polenta · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps 	20 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassó amb crostonets · Llassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel · Fruita del temps
23 <ul style="list-style-type: none"> · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Mandonguilles* s/ou a la jardineria · Fruita del temps 	24 <ul style="list-style-type: none"> · Lleties guisades amb patata i verdures · Escalopa* s/ou de pollastre amb amanida d'enciams i pipes · Fruita del temps 	25 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb arròs · Pit de gall dindi* al forn amb all i julivert i amb xips de patata · Batut amb maduixes del Maresme 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcianos · Vegenugets s/ou fets a la cuina*** al forn amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, carbassó i olives) · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps
30 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Bistec a la planxa amb amanida d'enciams i pastanaga · Iogurt Natural 	31 <ul style="list-style-type: none"> · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets · Pollastre* guisat amb patata i xampinyons · 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.

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

MAIG

CURS 2021-2022

S/PEIX

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lleties amb remolatxa, tomàquet i olives · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	3 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Espaguetis a la bolonyesa vegetal · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Hamburguesa de vedella amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	5 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'alls · Pollastre* al forn amb tomàquet · Fruita del temps 	6 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Mongeta del ganxet i patata saltejada amb all i julivert · Iogurt Natural
9 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Llom de porc* a la planxa amb salsa de ceba i amanida · Iogurt Natural 	10 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps 	11 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb mill i mongeta del carai · Gall dindi* guisat amb poma i curri · Fruita del temps 	12 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i verdures de primavera · Amanida d'espínacs amb enciam, olives i tomàquet · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps
16 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita de carbassó amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	17 <ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de col amb patata · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps 	18 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa de pollastre* al forn amb amanida d'enciams i poma · Iogurt Natural 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets i polenta · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps 	20 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassó amb crostonets · Llassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel · Fruita del temps
23 <ul style="list-style-type: none"> · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Mandonguilles* a la jardineria · Fruita del temps 	24 <ul style="list-style-type: none"> · Lleties guisades amb patata i verdures · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	25 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de verdures amb arròs · Pit de gall dindi* al forn amb all i julivert i amb xips de patata · Batut amb maduixes del Maresme 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcianos · Vegenugetts fets a la cuina*** amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Cigrons saltats amb mill, remolatxa, olives negres i pipes de girasol · Fruita del temps
30 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Truita de pastanaga i formatge amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural 	31 <ul style="list-style-type: none"> · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets · Pollastre* guisat amb patata i xampinyons · 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.

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

MAIG

CURS 2021-2022

S/CARN VEDELLA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lleties amb remolatxa, tomàquet i olives · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	3 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Espaguetis a la bolonyesa vegetal · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Hamburguesa de pollastre* amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	5 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'alls · Pollastre* al forn amb tomàquet · Fruita del temps 	6 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Iogurt Natural
9 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Llom de porc* a planxa amb salsa de ceba i amanida · Iogurt Natural 	10 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps 	11 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb mill i mongeta del carai · Gall dindi* guisat amb poma i curri · Fruita del temps 	12 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'espínacs amb enciam, olives i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps
16 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita de carbassó amb amanida d'enciams i pipes · Fruita del temps 	17 <ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de col amb patata · Fricandó de porc* amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps 	18 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Iogurt Natural 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets i polenta · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps 	20 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassó amb crostonets · Llassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel · Fruita del temps
23 <ul style="list-style-type: none"> · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Mandonguilles de porc* s/vedella a la jardineria · Fruita del temps 	24 <ul style="list-style-type: none"> · Lleties guisades amb patata i verdures · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	25 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb arròs · Pit de gall dindi* al forn amb all i julivert i amb xips de patata · Batut amb maduixes del Maresme 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcyanos · Vegenugets fets a la cuina*** al forn amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps
30 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Truita de pastanaga i formatge amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural 	31 <ul style="list-style-type: none"> · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets · Pollastre* guisat amb patata i xampinyons · 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.

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

MAIG

CURS 2021-2022

S/OU - S/FRUITS SECS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lleties amb remolatxa, tomàquet i olives · Pit de gall dindi* a la planxa amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	3 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Espaguetis a la bolonyesa vegetal · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Hamburguesa de vedella s/ou amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	5 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'alls · Pollastre* al forn amb tomàquet · Fruita del temps 	6 <ul style="list-style-type: none"> · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Iogurt Natural
9 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Llom de porc* a la planxa amb salsa de ceba i amanida · Iogurt Natural 	10 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat s/ou amb salsa de tomàquet · Fruita del temps 	11 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb mill i mongeta del carai · Gall dindi* guisat amb poma i curri · Fruita del temps 	12 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'espivals amb enciam, olives i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps 	13 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Pollastre* a la planxa, amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps
16 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps 	17 <ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de col amb patata · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps 	18 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Iogurt Natural 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au amb galets i polenta · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps 	20 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassó amb crostonets · Llassanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel · Fruita del temps
23 <ul style="list-style-type: none"> · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, s/panses, julivert i menta) · Mandonguilles * s/ou a la jardineria · Fruita del temps 	24 <ul style="list-style-type: none"> · Lleties guisades amb patata i verdures · Escalopa s/ou de pollastre* amb amanida d'enciams i pipes · Fruita del temps 	25 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb arròs · Pit de gall dindi* al forn amb all i julivert i amb xips de patata · Batut amb maduixes del Maresme 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcanos · Vegenugets s/fruits secs s/ou fets a la cuina*** al forn amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps 	27 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, carbassó i olives) · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps
30 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Bistec* a la planxa amb amanida d'enciams i pastanaga · Iogurt Natural 	31 <ul style="list-style-type: none"> · Hummus s/sèsam de cigrons i remolatxa amb bastonets · Pollastre* guisat amb patata i xampinyons · 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.

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