

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

MAIG

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 FESTIU	2 · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa de vedella amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	3 · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Truita de carbassó amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	4 · Col i patata amb oli d'all · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps	5 · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Gall dindi* guisat amb xampinyons · Fruita del temps
8 · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps	9 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita de patata i ceba, amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	10 · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps	11 · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps	12 · Crema de verdures de primavera · Llom de porc* al forn amb salsa de ceba · Iogurt Natural
15 · Amanida d'espinals amb enciam, olives, tomàquet i cogombre · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	16 · Sopa vegetal amb mill i cigrons · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps	17 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Iogurt Natural	18 · Mongeta tendra amb patata · Ales de pollastre ecològic cruixents amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	19 · Crema de llenties vermelles i porros · Pizza hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps
22 · Trinxat de carbassó, bleda i patata · Pit de gall dindi* arrebossat amb amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	23 · Amanida de llenties amb pipes de girasol, cogombre i tomàquet · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	24 · Sopa de peix** amb arròs · Salsitxes* de porc amb patates xip fetes a la cuina · Fruita del temps	25 · Macarrons napolitana · Peix de llotja segons les millors captures** · Fruita del temps	26 · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Vegenugets fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps
29 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	30 · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga i formatge amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	31 · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets i amanida · Espaguetis carbonara vegetal · Fruita del temps		

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. 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, preparació i guarnició a www.ecomenja.com.

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



ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

MAIG

CELÍAC

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 FESTIU	2 · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa s/gluten de vedella amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	3 · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Truita de carbassó amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	4 · Col i patata amb oli d'all · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Fruita del temps	5 · Taboulé s/gluten (de mill, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Gall dindi* guisat amb xampinyons · Fruita del temps
8 · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps	9 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita de patata i ceba, amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	10 · Espaguetis d'arròs amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Fruita del temps	11 · Cigrons estofats amb patates i verdures · Hamburguesa s/gluten vegetariana feta a la cuina***, amb amanida · Fruita del temps	12 · Crema de verdures de primavera · Llom de porc* al forn amb salsa de ceba · Iogurt Natural
15 · Amanida d'espirlals s/gluten amb enciam, olives, tomàquet i cogombre · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	16 · Sopa vegetal amb mill i cigrons · Fricandó s/gluten de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps	17 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Iogurt Natural	18 · Mongeta tendra amb patata · Ales de pollastre ecològic cruixents amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	19 · Crema de llenties vermelles i porros · Pizza s/gluten hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps
22 · Trinxat de carbassó, bleda i patata · Pit de gall dindi* arrebossat s/gluten amb amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	23 · Amanida de llenties amb pipes de girasol, cogombre i tomàquet · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	24 · Sopa de peix** amb arròs · Salsitxes* de porc amb patates xip fetes a la cuina · Fruita del temps	25 · Macarrons d'arròs napolitana · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	26 · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Vegenugets s/gluten fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps
29 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	30 · Fideus s/gluten a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga i formatge amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	31 · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets s/gluten i amanida · Espaguetis d'arròs carbonara vegetal · Fruita del temps		

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. 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, preparació i guarnició a www.ecomenja.com.

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



ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

MAIG

CELÍAC - S/LACTOSA

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
FESTIU	1 · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa s/gluten s/lactosa de vedella amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps	2 · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Truita s/lactosa de carbassó amb amanida d'enciams i olives · Postre de soja	3 · Col i patata amb oli d'all · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Fruita del temps	4 · Taboulé s/gluten (de mill, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Gall dindi* guisat amb xampinyons · Fruita del temps
8 · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps	9 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita s/lactosa de patata i ceba, amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	10 · Espaguetis d'arròs amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Fruita del temps	11 · Cigrons estofats amb patates i verdures · Hamburguesa s/gluten s/lactosa vegetariana feta a la cuina***, amb amanida · Fruita del temps	12 · Crema de verdures de primavera · Llom de porc* al forn amb salsa de ceba · Postre de soja
15 · Amanida d'espirls s/gluten amb enciam, olives, tomàquet i cogombre · Truita s/lactosa d'espínacs amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	16 · Sopa vegetal amb mill i cigrons · Fricandó s/gluten de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps	17 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Postre de soja	18 · Mongeta tendra amb patata · Ales de pollastre ecològic cruixents amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	19 · Crema de lleties vermelles i porros · Pizza s/gluten hortolana amb verdures i tomàquet i formatge s/lactosa · Fruita del temps
22 · Amanida de lleties amb pipes de girasol, cogombre i tomàquet · Truita s/lactosa de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Postre de soja	23 · Sopa de peix** amb arròs · Salsitxes* de porc amb patates xip fetes a la cuina · Fruita del temps	24 · Macarrons d'arròs napolitana · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps	25 · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Veguuggets s/gluten s/lactosa fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps	26 · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Veguuggets fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps
FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	29 · Fideus s/gluten a la cassola amb verdures · Truita s/lactosa de pastanaga i formatge s/lactosa amb amanida d'enciams i olives · Postre de soja	30 · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets s/gluten i amanida · Espaguetis d'arròs carbonara vegetal s/lactosa · Fruita del temps	31 (Cella diagonalment dividida)	

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. 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, preparació i guarnició a www.ecomenja.com.

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



ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

MAIG

HALAL

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 FESTIU	2 · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa de vedella s/porc amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	3 · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Truita de carbassó amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	4 · Col i patata amb oli d'all · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps	5 · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Gall dindi* guisat amb xampinyons · Fruita del temps
8 · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps	9 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita de patata i ceba, amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	10 · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida · Fruita del temps	11 · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps	12 · Crema de verdures de primavera · Bistec a la planxa amb salsa de ceba · Iogurt Natural
15 · Amanida d'espinals amb enciam, olives, tomàquet i cogombre · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	16 · Sopa vegetal amb mill i cigrons · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps	17 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida · Iogurt Natural	18 · Mongeta tendra amb patata · Ales de pollastre ecològic cruixents amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	19 · Crema de lleties vermelles i porros · Pizza hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps
22 · Trinxat de carbassó, bleda i patata · Pit de gall dindi* arrebossat amb amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	23 · Amanida de lleties amb pipes de girasol, cogombre i tomàquet · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	24 · Sopa de peix** amb arròs · Estofat de seità amb pastanaga · Fruita del temps	25 · Macarrons napolitana · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps	26 · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Vegenuggets fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps
29 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	30 · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga i formatge amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	31 · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets i amanida · Espaguetis carbonara vegetal · Fruita del temps		

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. 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, preparació i guarició a www.ecomenja.com.

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



ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

MAIG

CURS 2022-2023



OVO LACTO VEGETARIÀ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 FESTIU	2 · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa de mill i verdures amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	3 · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Truita de carbassó amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	4 · Col i patata amb oli d'all · Estofat de seità amb pastanaga · Fruita del temps	5 · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Cigrons saltats amb remolatxa, olives negres i pipes de girasol · Fruita del temps
8 · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pastís calent de polenta, mongeta del carai i verdures, gratinat amb formatge · Fruita del temps	9 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita de patata i ceba, amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	10 · Amanida de mongeta del ganxet amb carbassó, tomàquet i cogombre · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Fruita del temps	11 · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps	12 · Crema de verdures de primavera · Fideus saltats amb tofu i verdures · Iogurt Natural
15 · Amanida d'espinals amb enciam, olives, tomàquet i cogombre · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	16 · Sopa vegetal amb mill i cigrons · Fricandó de seità amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps	17 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina***, amb quètxup artesà i amanida · Iogurt Natural	18 · Mongeta tendra amb patata · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · Fruita del temps	19 · Crema de llenties vermelles i porros · Pizza hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps
22 · Trinxat de carbassó, bleda i patata · Croquetes de mill i verdures amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps	23 · Amanida de llenties amb pipes de girasol, cogombre i tomàquet · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	24 · Sopa de verdures amb arròs · Estofat de seità amb pastanaga · Fruita del temps	25 · Macarrons napolitana · Mongeta del ganxet i patata saltejada amb all i julivert · Fruita del temps	26 · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Vegenugets fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps
29 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	30 · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga i formatge amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	31 · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets i amanida · Espaguetis carbonara vegetal · Fruita del temps	/	

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. 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, preparació i guarnició a www.ecomenja.com.

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



ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

MAIG

CURS 2022-2023



S/CARN DE VEDELLA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 FESTIU	2 · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa de porc* s/vedella amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	3 · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Truita de carbassó amb amanida d'enciams i olives · logurt Natural	4 · Col i patata amb oli d'all · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps	5 · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Gall dindi* guisat amb xampinyons · Fruita del temps
8 · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps	9 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita de patata i ceba, amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	10 · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida · Fruita del temps	11 · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps	12 · Crema de verdures de primavera · Llom de porc* al forn amb salsa de ceba · logurt Natural
15 · Amanida d'espinals amb enciam, olives, tomàquet i cogombre · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	16 · Sopa vegetal amb mill i cigrons · Fricandó de seità amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps	17 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida · logurt Natural	18 · Mongeta tendra amb patata · Ales de pollastre ecològic cruixents amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	19 · Crema de llenties vermelles i porros · Pizza hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps
22 · Trinxat de carbassó, bleda i patata · Pit de gall dindi* arrebossat amb amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	23 · Amanida de llenties amb pipes de girasol, cogombre i tomàquet · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · logurt Natural	24 · Sopa de peix** amb arròs · Salsitxes* de porc amb patates xip fetes a la cuina · Fruita del temps	25 · Macarrons napolitana · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps	26 · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Vegenugets fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps
29 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	30 · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga i formatge amb amanida d'enciams i olives · logurt Natural	31 · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets i amanida · Espaguetis carbonara vegetal · Fruita del temps	/	

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. 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, preparació i guarnició a www.ecomenja.com.

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



ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

MAIG

S/FRUITS SECS

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 FESTIU	2 · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa de vedella amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	3 · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Truita de carbassó amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	4 · Col i patata amb oli d'all · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps	5 · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, s/panses, julivert i menta) · Gall dindi* guisat amb xampinyons · Fruita del temps
8 · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps	9 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita de patata i ceba, amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	10 · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida · Fruita del temps	11 · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps	12 · Crema de verdures de primavera · Llom de porc* al forn amb salsa de ceba · Iogurt Natural
15 · Amanida d'espíral amb enciam, olives, tomàquet i cogombre · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	16 · Sopa vegetal amb mill i cigrons · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps	17 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida · Iogurt Natural	18 · Mongeta tendra amb patata · Ales de pollastre ecològic cruixents amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	19 · Crema de lleties vermelles i porros · Pizza hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps
22 · Trinxat de carbassó, bleda i patata · Pit de gall dindi* arrebossat amb amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	23 · Amanida de lleties s/ pipes de girasol, amb cogombre i tomàquet · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	24 · Sopa de peix** amb arròs · Salsitxes* de porc amb patates xip fetes a la cuina · Fruita del temps	25 · Macarrons napolitana · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps	26 · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Vegenugetts s/fruits secs fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps
29 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	30 · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga i formatge amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	31 · Hummus de cigrons s/sèsam i remolatxa amb bastonets i amanida · Espaguetis carbonara vegetal · Fruita del temps		

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. 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, preparació i guarnició a www.ecomenja.com.

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



ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

MAIG

S/LACTOSA

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 FESTIU	2 · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa s/lactosa de vedella amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	3 · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Truita s/lactosa de carbassó amb amanida d'enciams i olives · Postre de soja	4 · Col i patata amb oli d'all · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps	5 · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Gall dindi* guisat amb xampinyons · Fruita del temps
8 · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps	9 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita s/lactosa de patata i ceba, amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	10 · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida · Fruita del temps	11 · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps	12 · Crema de verdures de primavera · Llom de porc* al forn amb salsa de ceba · Postre de soja
15 · Amanida d'espivals amb enciam, olives, tomàquet i cogombre · Truita s/lactosa d'espínacs amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	16 · Sopa vegetal amb mill i cigrons · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps	17 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida · Postre de soja	18 · Mongeta tendra amb patata · Ales de pollastre ecològic cruixents amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	19 · Crema de llenties vermelles i porros · Pizza hortolana amb verdures i tomàquet amb formage s/lactosa · Fruita del temps
22 · Trinxat de carbassó, bleda i patata · Pit de gall dindi* arrebossat amb amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	23 · Amanida de llenties amb pipes de girasol, cogombre i tomàquet · Truita s/lactosa de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Postre de soja	24 · Sopa de peix** amb arròs · Salsitxes* de porc amb patates xip fetes a la cuina · Fruita del temps	25 · Macarrons napolitana · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps	26 · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Vegenugets s/lactosa fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps
29 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	30 · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Truita s/lactosa de pastanaga i formatge s/lactosa amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	31 · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets i amanida · Espaguetis carbonara vegetal s/lactosa · Fruita del temps		

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. 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, preparació i guarnició a www.ecomenja.com.

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



ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

MAIG

CURS 2022-2023



S/LLEGUMS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 FESTIU	2 · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa de vedella amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	3 · Fideus integrals amb verdures · Truita de carbassó amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	4 · Col i patata amb oli d'all · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps	5 · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Gall dindi* guisat amb xampinyons · Fruita del temps
8 · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps	9 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita de patata i ceba, amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	10 · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida · Fruita del temps	11 · Cous cous integral amb verdures · Pit de gall dindi* al forn amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps	12 · Crema de verdures de primavera · Llom de porc* al forn amb salsa de ceba · Iogurt Natural
15 · Amanida d'espinals amb enciam, olives, tomàquet i cogombre · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	16 · Sopa vegetal amb mill i fideus · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps	17 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida · Iogurt Natural	18 · Broquil amb patata · Ales de pollastre ecològic cruixents amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	19 · Crema de verdures i porros · Pizza hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps
22 · Trinxat de carbassó, bleda i patata · Pit de gall dindi* arrebossat amb amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	23 · Amanida de pasta amb pipes de girasol, cogombre i tomàquet · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	24 · Sopa de peix** amb arròs · Salsitxes* de porc amb patates xip fetes a la cuina · Fruita del temps	25 · Macarrons napolitana · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps	26 · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Croquetes de mill i verdures amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps
29 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	30 · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga i formatge amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	31 · Espaguetis amb salsa de tomàquet · Pit de gall dindi* guisat amb pastanaga · Fruita del temps		

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. 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, preparació i guarició a www.ecomenja.com.

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



ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

MAIG

S/OU

DILLUNS

DIMARTS

CURS 2022-2023

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
FESTIU	1 · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa s/ou de vedella amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	2 · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Pollastre al forn amb amanida d'enciam i olives · Iogurt Natural	3 · Col i patata amb oli d'all · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps	4 · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Gall dindi* guisat amb xampinyons · Fruita del temps
8 · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps	9 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Pit de gall dindi* guisat amb pastanaga · Fruita del temps	10 · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida · Fruita del temps	11 · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat s/ou amb salsa de tomàquet · Fruita del temps	12 · Crema de verdures de primavera · Llom de porc al forn amb salsa de ceba · Iogurt Natural
15 · Amanida d'espivals amb enciam, olives, tomàquet i cogombre · Botifarra de porc a la planxa amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	16 · Sopa vegetal amb mill i cigrons · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps	17 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida · Iogurt Natural	18 · Mongeta tendra amb patata · Ales de pollastre ecològic cruixents amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	19 · Crema de llenties vermelles i porros · Pizza hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps
22 · Trinxat de carbassó, bleda i patata · Pit de gall dindi* arrebossat amb amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	23 · Amanida de llenties amb pipes de girasol, cogombre i tomàquet · Croquetes s/ou de mill i verdures amb amanida d'enciams i germinats · Iogurt Natural	24 · Sopa de peix** amb arròs · Salsitxes* de porc amb patates xip fetes a la cuina · Fruita del temps	25 · Macarrons napolitana · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps	26 · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Vegenugets s/ou fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps
FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	29 · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Llom de porc* a la planxa, amb salsa de ceba · Iogurt Natural	30 · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets i amanida · Espaguetis carbonara vegetal · Fruita del temps	31	31

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. 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, preparació i guarnició a www.ecomenja.com.

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



ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

MAIG

CURS 2022-2023



S/OU - S/FRUITS SECS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 FESTIU	2 · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa s/ou de vedella amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	3 · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Pollastre al forn amb amanida d'enciam i olives · logurt Natural	4 · Col i patata amb oli d'all · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps	5 · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, s/panses, julivert i menta) · Gall dindi* guisat amb xampinyons · Fruita del temps
8 · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps	9 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Pit de gall dindi* guisat amb pastanaga · Fruita del temps	10 · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida · Fruita del temps	11 · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat s/ou amb salsa de tomàquet · Fruita del temps	12 · Crema de verdures de primavera · Llom de porc* al forn amb salsa de ceba · logurt Natural
15 · Amanida d'espivals amb enciam, olives, tomàquet i cogombre · Botifarra de porc a la planxa amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	16 · Sopa vegetal amb mill i cigrons · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps	17 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Peix de llotja segons les millor captures** amb amanida · logurt Natural	18 · Mongeta tendra amb patata · Ales de pollastre ecològic cruixents amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	19 · Crema de llenties vermelles i porros · Pizza hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps
22 · Trinxat de carbassó, bleda i patata · Pit de gall dindi* arrebossat amb amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	23 · Amanida de llenties s/ pipes de girasol, amb cogombre i tomàquet · Croquetes s/ou de mill i verdures amb amanida d'enciams i germinats · logurt Natural	24 · Sopa de peix** amb arròs · Salsitxes* de porc amb patates xip fetes a la cuina · Fruita del temps	25 · Macarrons napolitana · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps	26 · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Vegenugetts s/ou s/fruits secs fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps
29 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	30 · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Llom de porc* a la planxa, amb salsa de ceba · logurt Natural	31 · Hummus de cigrons s/sèsam i remolatxa amb bastonets i amanida · Espaguetis carbonara vegetal · Fruita del temps		

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. 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, preparació i guarnició a www.ecomenja.com.

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



ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

MAIG

S/PEIX

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 FESTIU	2 · Arròs amb salsa de tomàquet · Hamburguesa de vedella amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	3 · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Truita de carbassó amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	4 · Col i patata amb oli d'all · Estofat de seità amb pastanaga · Fruita del temps	5 · Taboulé (cous cous, carbassó, tomàquet, panses, julivert i menta) · Gall dindi* guisat amb xampinyons · Fruita del temps
8 · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre* al forn amb amanida d'enciams i poma · Fruita del temps	9 · Arròs integral a la cassola amb verdures · Truita de patata i ceba, amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	10 · Amanida de mongeta del ganxet amb carbassó, tomàquet i remolatxa · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Fruita del temps	11 · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps	12 · Crema de verdures de primavera · Llom de porc* al forn amb salsa de ceba · Iogurt Natural
15 · Amanida d'espinalles amb enciam, olives, tomàquet i cogombre · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps	16 · Sopa vegetal amb mill i cigrons · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps	17 · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina***, amb quètxup artesà i amanida · Iogurt Natural	18 · Mongeta tendra amb patata · Ales de pollastre ecològic cruixents amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps	19 · Crema de llenties vermelles i porros · Pizza hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps
22 · Trinxat de carbassó, bleda i patata · Pit de gall dindi* arrebossat amb amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	23 · Amanida de llenties amb pipes de girasol, cogombre i tomàquet · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	24 · Sopa de verdures amb arròs · Salsitxes* de porc amb patates xip fetes a la cuina · Fruita del temps	25 · Macarrons napolitana · Bistec de vedella a la planxa amb salsa de ceba · Fruita del temps	26 · Arròs integral guisat amb ceba i pastanaga · Vegenugets fets a la cuina*** al forn amb amanida d'enciams i cogombre · Fruita del temps
29 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	30 · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga i formatge amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural	31 · Hummus de cigrons i remolatxa amb bastonets i amanida · Espaguetis carbonara vegetal · Fruita del temps	/	

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. 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, preparació i guarnició a www.ecomenja.com.

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

