

ESCOLA VAIXELL BURRIAC - VILASSAR DE MAR

ABRIL

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
VACANCES DE SETMANA SANTA				
	11	12	13	14
	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Bròquil, carbassa i patata al vapor · Timbal de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcianos · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina***, amb amanida · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Llenties guisades amb verdures i xoriço · Peix de llotja segons les millor captures**, amb amanida · Fruita del temps
17	18	19	20	21
<ul style="list-style-type: none"> · Col i patata amb oli d'all · Estofat de gall dindi* amb poma i curri · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita d'espinaacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Llom de porc* a la planxa, amb amanida d'enciams i pastanaga · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisades amb patata i verdures · Croquetes de mill i verdures amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps
24	25	26	27	28
<ul style="list-style-type: none"> · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre* al forn amb tomàquet al forn amb orenga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb patata i verdures · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps 	<p style="text-align: center;">Menús del món: XINA</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs cantonès amb verdures · Estofat de cap de llom de porc* agredolç amb amanida · Flam xinès fet a la cuina 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i carbassó · Pizza* hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 0719

* 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.



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
VACANCES DE SETMANA SANTA				
	11	12	13	14
	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · logurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Bròquil, carbassa i patata al vapor · Timbal s/gluten de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons d'arròs marcianos s/gluten · Hamburguesa s/gluten vegetariana feta a la cuina***, amb amanida · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Llenties guisades amb verdures i xoriço · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Fruita del temps
	17	18	19	20
<ul style="list-style-type: none"> · Col i patata amb oli d'all · Estofat de gall dindi* amb poma i curri · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis d'arròs amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita d'espinaacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets s/gluten · Llom de porc* a la planxa, amb amanida d'enciams i pastanaga · logurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisades amb patata i verdures · Croquetes s/gluten de mill i verdures amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps
	24	25	26	27
<ul style="list-style-type: none"> · Fideus d'arròs a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre* al forn amb tomàquet al forn amb orenga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb patata i verdures · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Fruita del temps 	<p style="text-align: center;">Menús del món: XINA</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs cantonès amb verdures · Estofat s/gluten de cap de llom de porc* agredolç amb amanida · Flam* xinès fet a la cuina 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i carbassó · Pizza* s/gluten hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 0719

* 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 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, preparació i guarnició 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

ABRIL

CELÍAC - S/LACTOSA

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
VACANCES DE SETMANA SANTA				
	11	12	13	14
	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita s/lactosa de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Postre de soja 	<ul style="list-style-type: none"> · Bròquil, carbassa i patata al vapor · Timbal s/gluten s/lactosa de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons d'arròs marcianos s/lactosa · Hamburguesa vegetariana s/gluten ni lactosa feta a la cuina***, amb amanida · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Llenties guisades amb verdures i xoriço · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Fruita del temps
	17	18	19	20
<ul style="list-style-type: none"> · Col i patata amb oli d'all · Estofat de gall dindi* amb poma i curri · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis d'arròs amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita s/lactosa d'espínacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets s/gluten · Llom de porc* a la planxa, amb amanida d'enciams i pastanaga · Postre de soja 	<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 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisades amb patata i verdures · Croquetes s/gluten s/lactosa de mill i verdures amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps
	24	25	26	27
<ul style="list-style-type: none"> · Fideus /gluten a la cassola amb verdures · Truita s/lactosa de pastanaga amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre* al forn amb tomàquet al forn amb orenga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb patata i verdures · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Fruita del temps 	<p style="text-align: center;">Menús del món: XINA</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs cantonès amb verdures · Estofat s/gluten de cap de llom de porc* agredolç amb amanida · Postre de soja 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i carbassó · Pizza* s/gluten hortolana amb verdures i tomàquet amb formatge ratllat s/lactosa · Fruita del temps

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 0719

* 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

ABRIL

HALAL

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
VACANCES DE SETMANA SANTA				
	11	12	13	14
	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Bròquil, carbassa i patata al vapor · Timbal de vedella s/porc amb salsa de peres · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcianos · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina***, amb amanida · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Llenties guisades amb verdures · Peix de llotja segons les millor captures**, amb amanida · Fruita del temps
17	18	19	20	21
<ul style="list-style-type: none"> · Col i patata amb oli d'all · Estofat de gall dindi* amb poma i curri · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Bistec a la planxa amb amanida d'enciams i pastanaga · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisades amb patata i verdures · Croquetes de mill i verdures amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps
24	25	26	27	28
<ul style="list-style-type: none"> · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre* al forn amb tomàquet al forn amb orenga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb patata i verdures · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps 	<p style="text-align: center;">Menús del món: XINA</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs cantonès amb verdures · Estofat de gall dindi* agredolç amb amanida · Flam xinès fet a la cuina 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i carbassó · Pizza* hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 0719

* 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

ABRIL

CURS 2022-2023



OVO LACTO VEGETARIÀ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
VACANCES DE SETMANA SANTA				
		11	12	13
	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · logurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Bròquil, carbassa i patata al vapor · Pastís de mill i mongeta del carai amb verdures i tomàquet · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcianos · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina***, amb amanida · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Llenties guisades amb verdures i patata · Estofat de seità amb pastanaga · Fruita del temps
	17	18	19	20
<ul style="list-style-type: none"> · Col i patata amb oli d'all · Estofat de tofu amb poma i curri · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita d'espinaacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Vegenugetts fets a la cuina***al forn amb amanida d'enciams i germinats · logurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisades amb patata i verdures · Croquetes de mill i verdures amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps
	24	25	26	27
<ul style="list-style-type: none"> · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Hamburguesa de mill i verdures amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb patata i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Menús del món: XINA · Arròs cantonès amb verdures · Guisat de tofu agredolç amb nap i verdures · Flam xinès fet a la cuina 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i carbassó · Pizza* hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 0719

* 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

ABRIL

S/FRUITS SECS

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
VACANCES DE SETMANA SANTA				
	11	12	13	14
	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Bròquil, carbassa i patata al vapor · Timbal de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcianos · Hamburguesa s/fruits secs vegetariana feta a la cuina***, amb amanida · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Llenties guisades amb verdures i xoriço · Peix de llotja segons les millor captures** , amb amanida · Fruita del temps
17	18	19	20	21
<ul style="list-style-type: none"> · Col i patata amb oli d'all · Estofat de gall dindi* amb poma i curri · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita d'espinaacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Llom de porc* a la planxa, amb amanida d'enciams i pastanaga · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisades amb patata i verdures · Croquetes s/panses de mill i verdures amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps
24	25	26	27	28
<ul style="list-style-type: none"> · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre* al forn amb tomàquet al forn amb orenga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb patata i verdures · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps 	<p style="text-align: center;">Menús del món: XINA</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs cantonès amb verdures · Estofat de cap de llom de porc agredolç s/fruits secs, amb amanida · Flam xinès fet a la cuina 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i carbassó · Pizza* hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 0719

* 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

ABRIL

S/LACTOSA

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
VACANCES DE SETMANA SANTA				
		11	12	13
	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita s/lactosa de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Postre de soja 	<ul style="list-style-type: none"> · Bròquil, carbassa i patata al vapor · Timbal s/lactosa de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcianos s/lactosa · Hamburguesa s/lactosa vegetariana feta a la cuina***, amb amanida · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Llenties guisades amb verdures i xoriço · Peix de llotja segons les millor captures**, amb amanida · Fruita del temps
	17	18	19	20
<ul style="list-style-type: none"> · Col i patata amb oli d'all · Estofat de gall dindi* amb poma i curri · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita s/lactosa d'espinaacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Llom de porc* a la planxa, amb amanida d'enciams i pastanaga · Postre de soja 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita s/lactosa i olives) · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisades amb patata i verdures · Croquetes s/lactosa de mill i verdures amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps
	24	25	26	27
<ul style="list-style-type: none"> · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Truita s/lactosa de pastanaga amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre* al forn amb tomàquet al forn amb orenga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb patata i verdures · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Menús del món: XINA · Arròs cantonès amb verdures · Estofat de cap de llom de porc* agredolç amb amanida · Postre de soja 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i carbassó · Pizza* hortolana amb verdures i tomàquet amb formatge ratllat s/lactosa · Fruita del temps

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 0719

* 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

ABRIL

S/LLEGUMS

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
VACANCES DE SETMANA SANTA				
	11	12	13	14
	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Bròquil, carbassa i patata al vapor · Timbal de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcianos · Pit de gall dindi* al forn amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de porros amb crostonets · Peix de llotja segons les millor captures**, amb amanida · Fruita del temps
17	18	19	20	21
<ul style="list-style-type: none"> · Col i patata amb oli d'all · Estofat de gall dindi* amb poma i curri · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Llom de porc* a la planxa, amb amanida d'enciams i pastanaga · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de blada, carbassa i patata · Croquetes de mill i verdures amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps
24	25	26	27	28
<ul style="list-style-type: none"> · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de blada, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre* al forn amb tomàquet al forn amb orenga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa minestrone amb pasta meravella · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps 	<p style="text-align: center;">Menús del món: XINA</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs cantonès amb verdures s/tamari · Estofat de cap de llom de porc* agredolç, amb amanida · Flam xinès fet a la cuina 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassó s/lenties vermelles · Pizza* hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 0719

* 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

ABRIL

S/OU

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
VACANCES DE SETMANA SANTA				
	11	12	13	14
	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Pit de gall dindi* a la planxa amb all i julivert i amanida · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Bròquil, carbassa i patata al vapor · Timbal s/ou de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcianos · Hamburguesa s/ou vegetariana feta a la cuina***, amb amanida · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Lenties guisades amb verdures i xoriço · Peix de llotja segons les millor captures**, amb amanida · Fruita del temps
17	18	19	20	21
<ul style="list-style-type: none"> · Col i patata amb oli d'all · Estofat de gall dindi* amb poma i curri · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Pollastre* al forn amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Llom de porc* a la planxa, amb amanida d'enciams i pastanaga · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, carbassó i olives) · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisades amb patata i verdures · Croquetes s/ou de mill i verdures amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps
24	25	26	27	28
<ul style="list-style-type: none"> · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre* al forn amb tomàquet al forn amb orenga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb patata i verdures · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Menús del món: XINA · Arròs cantonès amb verdures · Estofat s/ou de cap de llom de porc* agredolç amb amanida · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de lenties vermelles i carbassó · Pizza* hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 0719

* 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, 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

ABRIL

S/OU - S/FRUITS SECS

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
VACANCES DE SETMANA SANTA				
	11	12	13	14
	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Pit de gall dindi* a la planxa amb all i julivert i amanida · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Bròquil, carbassa i patata al vapor · Timbal s/ou de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcianos · Hamburguesa s/ou s/fruits secs vegetariana feta a la cuina***, amb amanida · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Llenties guisades amb verdures i xoriço · Peix de llotja segons les millor captures** , amb amanida · Fruita del temps
17	18	19	20	21
<ul style="list-style-type: none"> · Col i patata amb oli d'all · Estofat de gall dindi* amb poma i curri · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Pollastre al forn amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Llom de porc a la planxa, amb amanida d'enciams i pastanaga · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, carbassó i olives) · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisades amb patata i verdures · Croquetes s/ou s/panses de mill i verdures amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps
24	25	26	27	28
<ul style="list-style-type: none"> · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre* al forn amb tomàquet al forn amb orenga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb patata i verdures · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps 	<p style="text-align: center;">Menús del món: XINA</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs cantonès amb verdures · Estofat s/ou de cap de llom de porc* agredolç amb amanida · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i carbassó · Pizza* hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 0719

* 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, 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

ABRIL
S/PEIX

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
VACANCES DE SETMANA SANTA				
	11	12	13	14
	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Bròquil, carbassa i patata al vapor · Timbal de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcianos · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina***, amb amanida · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Llenties guisades amb verdures i xoriço · Estofat de seità amb pastanaga · Fruita del temps
17	18	19	20	21
<ul style="list-style-type: none"> · Col i patata amb oli d'all · Estofat de gall dindi* amb poma i curri · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Llom de porc* a la planxa, amb amanida d'enciams i pastanaga · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisades amb patata i verdures · Croquetes de mill i verdures amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps
24	25	26	27	28
<ul style="list-style-type: none"> · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre* al forn amb tomàquet al forn amb orenga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb patata i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · Fruita del temps 	<p style="text-align: center;">Menús del món: XINA</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs cantonès amb verdures · Estofat de cap de llom de porc* agredolç amb amanida · Flam xinès fet a la cuina 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i carbassó · Pizza* hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 0719

* 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

ABRIL

S/CARN VEDELLA

CURS 2022-2023



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
VACANCES DE SETMANA SANTA				
	11	12	13	14
	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de patata i ceba amb amanida d'enciams i olives · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Bròquil, carbassa i patata al vapor · Pollastre* al forn, amb salsa de peres · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons marcianos · Hamburguesa vegetariana feta a la cuina***, amb amanida · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Llenties guisades amb verdures i xoriço · Peix de llotja segons les millor captures**, amb amanida · Fruita del temps
17	18	19	20	21
<ul style="list-style-type: none"> · Col i patata amb oli d'all · Estofat de gall dindi* amb poma i curri · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Truita d'espinaacs amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Llom de porc* a la planxa, amb amanida d'enciams i pastanaga · Iogurt Natural 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i olives) · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisades amb patata i verdures · Croquetes de mill i verdures amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps
24	25	26	27	28
<ul style="list-style-type: none"> · Fideus integrals a la cassola amb verdures · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de bleda, carbassó i patata amb oli d'all · Pollastre* al forn amb tomàquet al forn amb orenga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb patata i verdures · Peix de llotja segons les millors captures** amb amanida · Fruita del temps 	<p style="text-align: center;">Menús del món: XINA</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs cantonès amb verdures · Estofat de cap de llom de porc* agredolç amb amanida · Flam xinès fet a la cuina 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de llenties vermelles i carbassó · Pizza* hortolana amb verdures i tomàquet · Fruita del temps

Menús valorats nutricionalment per: GEMMA OÑA Dietista-Nutricionista col·legiada número CAT 0719

* 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.

