



Menú sense peix

Febrer 2018

Cada dia se servirà entrant d'amanida amb 2 crudités i pa elaborat amb farina semiintegral ecològica.
Les nostres verdures, llegums, cereals, ous, làctics, el pollastre i la carn vermella són de producció ecològica.
La nostra fruita és de producció integrada i/o ecològica. El peix fresc prové de la llotja de Vilanova.

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			1 -MILL AMB FRUITS SECS -HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB XAMPINYONS -FRUITA	2 -LLENTIES AMB NAPS, XIRIVIES I PASTANAGA -ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE REMOLATXA -IOGURT DE LA SELVATANA
5 -SPAGUETTIS INTEGRALS AMB SALSA DE PASTANAGA I PORROS ESCALIVATS -BOTIFARRA AL FORN -FRUITA	6 -CIGRONS AMB ROMESCO -PIZZA DE VERDURES I FORMATGE -FRUITA	7 -ARRÒS INTEGRAL AMB OLI D'ESPINACS FRESCOS -TRUITA DE PASTANAGA I CALÇOTS -FRUITA	8 -CREMA DE COLIFLOR I PORROS AMB CROSTONS DE PA TORRAT -BUNYOL CASOLÀ DE LLEGUM I MILL AMB SALSA DE TOMÀQUET I REMOLATXA ESCALIVADES -IOGURT DE LA SELVATANA	9 -SOPA DE VERDURES AMB ARRÒS -VEGÈNUGGETS DE TOFU I SHITAKE -FRUITA
12 -ESPIRALS AMB SALSA DE PORROS, BRÒQUIL I TOMÀQUET -ESTOFAT DE MONGETA BLANCA AMB PEBROT -FRUITA	13 -LLENTIES AMB PASTANAGA, COLIFLOR I TOMÀQUET -ARRÒS INTEGRAL AMB CARXOFES -IOGURT DE LA SELVATANA	14 -SOPA DE POLLASTRE AMB GALETES -HAMBURGUESA DE BLAT SARRAÍ I CIGRONS AMB SALSA DE TOMÀQUET I REMOLATXA -FRUITA	15 -PATATA I BRÒQUIL -POLLASTRE ECOLÒGIC AL FORN -FRUITA	16 -CREMA DE CARBASSA I PORRO -ESTOFAT DE VEDELLA AMB GRAPADET DE CIVADA ("avena". Un cereal que ens ajuda a combatre el fred) -FRUITA
19 -CIGRONS AMB TAHINE -ARRÒS INTEGRAL AMB FAVES, CEBA I ALLS TENDRES -IOGURT DE LA SELVATANA	20 -SOPA VEGETAL AMB ESPELTA -CROQUETES D'ESPINACS AMB CRUDITÉS DE PASTANAGA I NAP DAIKON (una mena de rave cruixent i amb un puntet picant. Ajuda a depurar els mocs) -FRUITA	21 -CREMA D'APIRAVE I PORROS (l'apirave és un bulb d'api) -MANDONGUILLES AMB PASTANAGA I PÈSOLS AMB GRAPADET DE MILL (el mill és un cereal amb un alt contingut en calci) -FRUITA	22 -PATATA I COL TRINXADES AMB TROSSETS DE PERNIL SALAT -LLENTIES ESTOFADES AMB TOMÀQUET -FRUITA	23 -FIDEUÀ DE VERDURES AMB ALLIOLI -TRUITA DE PORRO I PASTANAGA -FRUITA
26 -ARRÒS AL FORN AMB PÈSOLS, PORRO I PASTANAGA -HAMBURGUESA DE VEDELLA -FRUITA	27 -SOPA DE POLLASTRE AMB FIDEUS -TRUITA DE CARXOFES -FRUITA	28 -CREMA DE CARBASSA AMB LLENTIES VERMELLES -PIZZA CASOLANA DE VERDURES I FORMATGE -FRUITA		