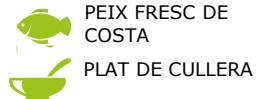


# MENU SENSE LLET ESCOLA DELS ENCANTS · GENER 2021

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
28	29	30	31	1
4	5	6	7	8
-Lenties estofades amb naps i xirivies -Arròs integral amb s/de carbassa i tomàquet -Gelatina de fruita 	-Mill amb salsa de tomàquet i pastanaga -Truita de calçots i patata amb amanida -Fruita 	-Patata i bròquil al vapor -Gall d'indi amb mostassa i amanida -Fruita 	-Crema d'api-rave i porros -Botifarra amb patates braves casolanes -Fruita 	-Fusillis integrals amb salsa de remolatxa, tomàquet i carbassa caramelitzada -Bunyols casolans de bacallà amb amanida -Fruita 
-Sopa de peix amb arròs integral -Truita de carbassa i patata amb amanida -Fruita 	-Lenties estofades amb verdures -Pizza casolana de verdures i tonyina amb amanida -Fruita 	-Crema de carbassa -Hamburguesa de vedella i porc amb grapatet de mill -Fruita 	-Patata i bleda al vapor -Peix fresc s/mercat amb amanida -Fruita 	-Cigrons amb romesco d'avellanes -Macarrons amb coliflor i salsa vegetal s/llet -Gelatina de fruita 
-Fideuà de peix -Truita d'espínacs i patata amb amanida -Fruita 	-Crema de porros -Bacallà i cigrons gratinats amb musselina d'all -Fruita 	-Estofat de mongeta del ganxet amb verdures -Arròs integral amb s/de remolatxa -gelatina de fruita 	-Patata i coliflor -Estofat de vedella -Fruita 	-Lenties amb verdures -Croquetes de mill i xampinyons s/llet amb amanida -Fruita 
25	26	27	28	29



Menú elaborat per Vatuà l'Olla i revisat per Martí Marina (dietista col·legiat núm. CAT/01262)  
 Cada dia se servirà amanida amb crudités i pa elaborat amb farina semintegral ecològica de forn tradicional.  
 Les nostres verdures, fruita, els llegums, la pasta i l'arròs son de producció ecològica i de proximitat.

Els iogurts i els ous són frescos i de producció ecològica i de proximitat  
 La carn vermella té la certificació IGP "Vedella dels Pirineus Catalans". El peix fresc prové de les costes del Garraf.  
 Cuinem i amanim amb oli d'oliva arbequina ecològic de les comarques de Lleida. El sucre és de canya i de comerç just

**PODEU CONSULTAR LA PREVISIÓ DE PEIX FRESC I DE FRUITA AL NOSTRE WEB**

**[www.vatualolla.cat](http://www.vatualolla.cat)**

**VATUA**  
**L'OLLA**  
 cuina escolar