



Menú sense porc

Febrer 2018

Cada dia se servirà entrant d'amanida amb 2 crudités i pa elaborat amb farina semintegral 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	2
			-MILL AMB FRUITS SECS -HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB XAMPINYONS -FRUITA	-LLENTIES AMB NAPS, XIRIVIES I PASTANAGA -ARRÓS INTEGRAL AMB SALSA DE REMOLATXA -IOGURT DE LA SELVATANA
5	6	7	8	9
-SPAGUETTIS INTEGRALS AMB SALSA DE PASTANAGA I PORROS ESCALIVATS -TEMPEH AL FORN -FRUITA	-CIGRONS AMB ROMESCO -PIZZA DE VERDURES I FORMATGE -FRUITA	-ARRÓS INTEGRAL AMB OLI D'ESPINACS FRESCOS -TRUITA DE PASTANAGA I CALÇOTS -FRUITA	-CREMA DE COLIFLOR I PORROS -BUNYOL CASOLÀ DE LLEGUM I MILL AMB SALSA DE TOMÀQUET I REMOLATXA ESCALIVADES -IOGURT DE LA SELVATANA	-SOPA DE PEIX AMB ARRÓS -BÍSO AL FORN AMB TOMÀQUET I ALLETS (el bisol es un peix blau de la família dels túnids. És pescat a Vilanova) -FRUITA
12	13	14	15	16
-ESPIRALS AMB SALSA DE PORROS, BRÒQUIL I TOMÀQUET -BACALLÀ AL FORN AMB ALL I JULIVERT -FRUITA	-LLENTIES AMB PASTANAGA, COLIFLOR I TOMÀQUET -ARRÓS INTEGRAL AMB CARXOFES -IOGURT DE LA SELVATANA	-SOPA DE POLLASTRE AMB GALETES -HAMBURGUESA DE BLAT SARRAÍ I CIGRONS AMB SALSA DE TOMÀQUET I REMOLATXA -FRUITA	-PATATA I BRÒQUIL -POLLASTRE ECOLÒGIC AL FORN -FRUITA	-CREMA DE CARBASSA I PORRO -ESTOFAT DE VEDELLA AMB GRAPADET DE CIVADA ("avena". Un cereal que ens ajuda a combatre el fred) -FRUITA
19	20	21	22	23
-CIGRONS AMB TAHINE -ARRÓS INTEGRAL AMB FAVES, CEBA I ALLS TENDRES -IOGURT DE LA SELVATANA	-SOPA DE PEIX AMB ESPELTA -CROQUETES DE BACALLÀ AMB CRUDITÉS DE PASTANAGA I NAP DAIKON (una mena de rave cruixent i amb un puntet picant. Ajuda a depurar els mocs) -FRUITA	-CREMA D'APIRAVE I PORROS (l'apirave és un bulb d'api) -MANDONGUILLES VEGETALS DE TOFU I SEITÀ AMB PASTANAGA I PÈSOLS AMB GRAPADET DE MILL (el mill és un cereal amb un alt contingut en calci) -FRUITA	-PATATA I COL TRINXADES -SARDINETES DE VILANOVA ARREBOSSADES -FRUITA	-FIDEUÀ DE SUQUET DE PEIX I CANANA AMB ALLIOLI -TRUITA DE PORRO I PASTANAGA -FRUITA
26	27	28		
-ARRÓS AL FORN AMB PÈSOLS, PORRO I PASTANAGA -HAMBURGUESA DE VEDELLA -FRUITA	-SOPA DE POLLASTRE AMB FIDEUS -VERAT DE VILANOVA AMB CARXOFES -FRUITA	-CREMA DE CARBASSA AMB LLENTIES VERMELLES -PIZZA CASOLANA DE VERDURES I FORMATGE -FRUITA		