



## Menús enero 2022



ECO 10	11	ECO 12	13	sin carne  14	ECO
sopa de hortalizas con pasta bio hamburguesa de "La Garrotxa" con patatas fritas y ketchup ensalada variada roscón de reyes 	coliflor con bechamel al horno pollo guisado con salsa curry y arroz bio ensalada variada fruta	crema de champiñones hachis parmentier gratinado ensalada variada fruta	spaguetti con salsa de queso y coliflor pescado del día según mercado (merluza, salmón o bacalao) con raíces salteadas (nabo y chirivía) ensalada variada yogur	berenjenas con ratatouille cous cous integral bio con garbanzos y pasas y verduras salteadas ensalada variada fruta	
17	18	ECO 19	ECO 20	sin carne  21	ECO
crema de calabacín botifarra del país con patatas al caliu ensalada variada fruta	coditos bio con mantequilla libritos de pavo y queso con ensalada de tres coles ensalada variada yogur	gratin de patata al horno bistec de ternera de "La Garrotxa" con alcachofas ensalada variada fruta	rissotto bio con champiñones, espárragos y queso pescado del día según mercado (merluza, salmón o bacalao) con zanahorias especiadas ensalada variada fruta	brócoli salteado con judías blancas bio tortilla de patata y cebolla con pisto de calabacín ensalada variada queso	
ECO 24	25	ECO 26	27	sin carne  28	ECO
menestra de verduras salteadas con cebolla albóndigas de "La Garrotxa" con cous cous bio integral ensalada variada fruta	sopa de verduras con pasta bio jamoncitos de pollo al horno con romero y limón y patatas fritas ensalada variada queso	judías blancas guisadas con verduras "trinxat" de Cerdanya (col y patata con carne) ensalada variada fruta	macarrones con hortalizas pescado del día según mercado (merluza, salmón o bacalao) con calabacín gratinado ensalada variada fruta	lentejas estofadas con verduras y arroz blanco bio croquetas de espinacas y de boletus ensalada variada yogur	

