

Escoles Menú SENSE GLUTEN maig de 2024

1		2		3					
		CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES		ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (pebre vermell, xampinyons, carabassí, pastanaga, pèsols)					
		FILET DE LLUÇ AL FORN (4)		PIT DE POLLASTRE AMB CEBA I XAMPINYONS					
		BRÒQUIL I PASTANAGA AL VAPOR		ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga)					
		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)					
		Suggeriment de sopar: Ensalada i truita de patata i ceba / Fruita		Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada / Fruita					
6		7		8		9		10	
<b>PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA</b>		<b>PASTA especial sense gluten A LA BOLONYESA</b>		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES		ARRÒS 5 DELÍCIES (pèsols, pastanaga, pemil, truita, gambes) (2,3,6,7,14)		<b>PASTA especial sense gluten A LA CARBONARA (6,7)</b>	
TRUITA DE PATATA I CARABASSÓ (3)		HOKI AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)		RODÓ D'INDIOT AL FORN AMB XAMPINYONS		HAMBURGUESA DE CARN MIXTA (6,12)		LLAMPUGA AL FORN (4)	
ENSALADA GREGA (fulles de roure, olives negres, orenga, formatge tendre) (7)		ENSALADA PRIMAVERA (lletuga, ceba, tomàtiga, olives i cogombre)		PATATES FREGIDES		ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, pastanaga)		PEBRES I SALSA DE TOMÀTIGA	
IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Llenties amb sanfaina de verdures / Fruita		Suggeriment de sopar: Bullit de patata, verdures i ou / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada de quínoa i lluç a la planxa / Fruita		Suggeriment de sopar: Crema freda de porros i ciurons amb patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i quiche / Fruita	
13		14		15		16		17	
<b>PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA</b>		<b>PASTA especial sense gluten AMB PEBRES</b>		<b>PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA</b>		ARRÒS AMB MINESTRA I CIURONS		<b>SOPA DE BROU DE POLLASTRE AMB PASTA especial sense gluten</b>	
<b>POLLASTRE AL FORN</b>		RAP AL FORN (4)		TRUITA DE PATATA I CEBA (3)		CUIXETES DE POLLASTRE AL FORN		RODÓ DE VEDELLA	
ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, olives negres, blat de les índies)		MONGETES I PASTANAGA AL VAPOR		ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga, olives)		ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, pastanaga, poma)		SALSA DE VERDURES (ceba, pastanaga, tomàtiga) I ARRÒS	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)	
Suggeriment de sopar: Truita de patata i pebres tomats / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada de mongetes blanques / Fruita		Suggeriment de sopar: Lluç al fom amb arròs i salsa de porros / Fruita		Suggeriment de sopar: Sípia amb quínoa i verdures / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i quesadillas variades / Fruita	
20		21		22		23		24	
<b>PASTA especial sense gluten AMB SALSA PIZZAIOLA</b>		<b>PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA</b>		<b>PASTA especial sense gluten DE VERDURES (9)</b>		<b>PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA</b>		ARRÒS A LA BOLONYESA	
SALSITXES DE PORC (6,7,12)		TRUITA A LA FRANCESA (3)		BACALLÀ AL FORN (4)		PITRERA DE POLLASTRE AL FORN		MEDALLONS DE LLUÇ AL FORN AMB PICADA (4)	
ENSALADA CAPRESE (mesclum, tomàtiga, alfabaguera, orenga, olives negres, formatge tendre) (7)		ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, pastanaga)		AMB PEBRES TORRATS (1R)		PATATES ROSTIDES I SALSA BARBACOA CASOLANA		ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Arròs amb mongetes pintes a la mexicana / Fruita		Suggeriment de sopar: Llom de tonyina amb arròs i verdures / Fruita		Suggeriment de sopar: Ciurons trempats amb patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Pastís de carabassó amb salsa i pa / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada i pa amb oli / Fruita	
27		28		29		30		31	
<b>PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA</b>		<b>PASTA especial sense gluten AMB SALSA DE TOMÀTIGA I VERDURES</b>		CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES		ARRÒS SEC PEIX (2,4,14)		<b>PASTA especial sense gluten AMB TOMÀTIGA CHERRY, BLAT DE LES ÍNDIES, OLIVES, OU BULLIT (3)</b>	
<b>INDIOT AL FORN</b>		LLUÇ AL FORN AMB PICADA (4)		TRUITA DE PATATA I CEBA (3)		POLLASTRE AL FORN		FILET DE LLUÇ AL FORN (4)	
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga)		COLIFLOR I BRÒQUIL AL VAPOR		ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicero, geminats) (6)		CEBA, XAMPINYONS I PATATA		ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	
FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb pesto / Fruita		Suggeriment de sopar: Bullit de patata, verdures i ou / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada de quínoa i salmó a la planxa / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita		Suggeriment de sopar: Quesadillas variades / Fruita	

Festiu

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Pasta i Farines Especials Sense Gluten. Preparats càms, processats, espícis, llegums: Sense Gluten.