



Menú Sense Gluten



Divendres

8

Espirals amb tomàquet i tonyina
Peix al forn amb amanida d'enciam i col llombarda
Fruita amb almívar



La pasta servida en aquest menú no conté gluten

Dilluns

11

Arròs amb tomàquet sofregit
Mussola al forn amb amanida d'enciam i blat de moro
Fruita del temps

Dimarts

12

Crema de Llegum
Estofat de Vedella i sípia amb patates a dau
Fruita del temps

Dimecres

13

Macarrons amb beixamel (s/gluten) al forn
Truita a la francesa amb làmina de pernil dolç (s/gluten) i amanida d'enciam

Dijous

14

irinxat de col i patata amb bacò (s/gluten)
Pollastre arrebossat casolà s/gluten amb amanida d'enciam
Fruita del temps

15

Sopa de brou de Gallina amb pasta fina
Botifarra de Pagès (s/gluten) forn amb mongetes seques saltades

18

Crema de Porro, ceba i patata amb pernil serrà
Carn Magra arrebossada (casolà s/gluten) amb amanida d'enciam i blat de moro

19

Sopa de peix amb rap
Mandonguilles de Vedella guisades amb pèsols i pastanaga (s/gluten)
Fruita del temps

20

Llenties Guisades amb verduretes de l'hort
Broqueta de Pollastre a la planxa amb enciam i cogombre
Postres Làcties

21

Espaguetis Bolonyesa (tomàquet i carn picada)
Lluç forn a la marinera amb musclos
Fruita del temps

22

Paella mar i muntanya
Truita francesa amb amanida d'escarola i olives
Fruita del temps



25

Tallarines amb crema de llet (control bacó)
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i tomàquet
Fruita del temps

26

Mongeta tendra amb patata
Cap de Llom amb salseta (s/gluten)
Fruita del temps

27

Cigrons Estofats amb verduretes de temporada
Remenat d'ous amb gambetes i enciam amanit
Fruita del temps

28

Sopa de Brou de Gallina
Bacallà forn gratinat amb maionesa sobre llit de patata i ceba
Iogurt

29

Arròs a la Cassola
Hamburguesa de Vedella (s/gluten) plx amb amanida d'enciam i tomàquet al forn
Fruita del temps

Les fruites del temps són : pera, plàtan, poma, mandarines, taronja

Menús Revisats Dietètica i Nutricionalment pel Cesnut
www.cesnut.com
Roser Montané Número col. 0681



www.alimentart.com





Menu Sense Ou



Divendres

8

Espirals amb tomàquet i tonyina
Peix al forn amb amanida d'enciam i col llombarda
Fruita amb almívar



Dilluns

11

Arròs amb tomàquet sofregit
Mussola al forn amb amanida d'enciam i blat de moro
Fruita del temps

Dimarts

12

Crema de Llegum amb rostes casolanes
Estofat de Vedella i sípia amb patates a dau
Fruita del temps

Dimecres

13

Macarrons amb beixamel al forn
Llom a la planxa amb amanida d'enciam
Ioaurt

Dijous

14

Trinxat de col i patata amb allet
Pollastre arrebossat (s/ou) casolà a tires amb amanida d'enciam
Fruita del temps

15

Sopa de brou de Gallina amb pasta fina
Botifarra de Pagès (s/ou) forn amb mongetes seques saltades

18

Crema de Porro, ceba i patata amb pernil serrà
Carn Magra arrebossada (s/ou) amb amanida d'enciam i blat de moro
Fruita del temps

19

Sopa de peix amb rap
Mandonguilles de Vedella guisades amb pèsols i pastanaga
Fruita del temps

20

Llenties Guisades amb verdures de l'hort
Broqueta de Pollastre a la planxa amb enciam i cogombre
Postres Làctics

21

Espaguetis Bolonyesa (tomàquet i carn picada)
Lluç forn a la marinera amb musclos
Fruita del temps

22

Paella mar i muntanya
Gall d'indi a la planxa amb amanida d'escarola i olives
Fruita del temps

25

Tallarines amb crema de llet i bacon (s/ou)
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i tomàquet
Fruita del temps

26

Mongeta tendra amb patata
Cap de Llom amb salseta
Fruita del temps

27

Cigrons Estofats amb verdures de temporada
Gall d'indi a la planxa enciam amanit
Fruita del temps

28

Sopa de Brou de Gallina
Bacallà forn gratinat sobre llit de patata i ceba
Ioaurt

29

Arròs a la Cassola
Hamburguesa de Vedella (s/ou) plix amb amanida d'enciam i tomàquet al forn
Fruita del temps



Les fruites del temps són : pera, plàtan, poma, mandarines, taronja

Menús Revisats Dietètica i Nutricionalment pel Cesnut

www.cesnut.com

Roser Montané Número col. 0681



www.alimentart.com

La pasta servida en aquest menú no conté ou





Menú Sense PLV/Lactosa



Divendres

8

Espirals amb tomàquet i tonyina
Peix al forn amb amanida d'enciam i col llombarda
Fruita amb almívar

Dilluns

11

Arròs amb tomàquet sofregit
Mussola al forn amb amanida d'enciam i blat de moro
Fruita del temps

Dimarts

12

Crema de Llegum amb rostes casolanes
Estofat de Vedella i sípia amb patates a dau
Fruita del temps

Dimecres

13

Macarrons amb tomàquet
Truita a la francesa amb làmina de pernil dolç (s/plv) i amanida d'enciam
Iogurt de soia/Fruita

Dijous

14

irinxat de col i patata amb allet
Pollastre arrebossat casolà a tires amb amanida d'enciam
Fruita del temps

15

Sopa de brou de Gallina amb pasta fina
Botifarra de Pagès (s/plv) forn amb mongetes seques saltades

18

Crema de Porro, ceba i patata amb **pernil serrà**
Carn Magra arrebossada amb amanida d'enciam i blat de moro
Fruita del temps

19

Sopa de peix amb rap
Mandonguilles (s/plv) de Vedella guisades amb pèsols i pastanaga
Fruita del temps

20

Llenties Guisades amb verdures de l'hort
Broqueta de Pollastre a la planxa amb enciam i cogombre
Iogurt de soja/Fruita

21

Espaguetis Bolonyesa (tomàquet i **carn picada (s/plv)**)
Lluç forn a la marinera amb musclos
Fruita del temps

22

Paella mar i muntanya
Truita francesa amb amanida d'escarola i olives
Fruita del temps

25

Tallarines amb salsa de tomàquet i alfàbrega
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i tomàquet
Fruita del temps

26

Mongeta tendra amb patata
Cap de Llom amb salseta (s/plv)
Fruita del temps

27

Cigrons Estofats amb verdures de temporada
Remenat d'ous amb gambetes i enciam amanit
Fruita del temps

28

Sopa de Brou de Gallina
Bacallà forn sobre llit de patata i ceba
Iogurt de soja/Fruita

29

Arròs a la Cassola
Hamburguesa de Vedella (s/plv) plx amb amanida d'enciam i tomàquet al forn
Fruita del temps



Les fruites del temps són : pera, plàtan, poma, mandarines, taronja

Menús Revisats Dietètica i Nutricionalment pel Cesnut

www.cesnut.com

Roser Montané Número col. 0681



www.alimentart.com





Sense Porc Els Pins



Divendres

8

FESTA



Dilluns

11

Arròs amb tomàquet sofregit
Mussola al forn amb amanida d'enciam i blat de moro
Fruita del temps

Dimarts

12

Crema de Llegum amb rostres casolanes
Sípia amb patates a dau
Fruita del temps

Dimecres

13

Macarrons amb beixamel al forn
Truita a la francesa amb gall d'indi i amanida
Iogurt

Dijous

14

rinxat de col i patata amb allet
Pollastre Halal arrebossat casolà a tires amb amanida d'enciam
Fruita del temps

15

Sopa de brou de Gallina Halal amb pasta fina
Salsitxes de pollastre Halal forn amb mongetes seques saltades
Fruita del temps

18

Crema de Porro, ceba i patata
Gall d'indi arrebossat Halal amb amanida d'enciam i blat de moro
Fruita del temps

19

Sopa de peix amb rap
Cus-cus amb pèsols i pastanaga i verdures
Fruita del temps

20

Llenties Guisades amb verdures de l'hort
Pollastre Halal a la planxa amb enciam i cogombre
Postres Làctics

21

Espaguetis Bolonyesa (tomàquet i)
Lluç forn a la marinera amb musclos
Fruita del temps

22

Paella mar i muntanya (s/porc)
Truita francesa amb amanida d'escarola i olives
Fruita del temps

25

Tallarines amb salsa de tomàquet i alfàbrega
Croquetes de Bacallà amb amanida d'enciam i tomàquet
Fruita del temps

26

Mongeta tendra amb patata
Lluç amb salseta
Fruita del temps

27

Cigrons Estofats amb verdures de temporada
Remenat d'ous amb gambetes i enciam amanit
Fruita del temps

28

Sopa de Brou de Gallina Halal
Bacallà forn gratinat amb maionesa sobre llit de patata i ceba
Ioaurt

29

Arròs a la Cassola (s/porc)
Truita de Tonyina plx amb amanida d'enciam i tomàquet al forn
Fruita del temps



Les fruites del temps són : pera, plàtan, poma, mandarines, taronja

Menús Revisats Dietètica i Nutricionalment pel Cesnut

www.cesnut.com

Roser Montané Número col. 0681



www.alimentart.com

