


**MENÚ SENSE GLUTEN SETEMBRE 2017**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	<b>12</b> <b>Amanida de llenties</b> amb tunyina, blat de moro, tomàquet i olives  <b>Botifarra sense gluten a la planxa</b> amb amanida d'enciam i cogombre  <b>Fruita del temps</b>	<b>13</b> <b>Vichyssoise</b> (porro, patata, pastanaga i formatget)  <b>Peix al forn</b> amb ceba tomàquet, julivert i alls  <b>Fruita del temps</b>	<b>14</b> <b>Arròs integral a la cassola</b> amb verdures i costelles  <b>Truita de formatge</b> amb amanida de tomàquet i olives  <b>logurt natural LA FAGEDA</b>	<b>15</b> <b>Brou de pollastre amb pasta sense gluten</b>  <b>Pernilets de pollastre al forn amb suquet</b> , i amb amanida d'enciam i pastanaga ratllada  <b>Fruita del temps</b>
	<b>18</b> <b>Quinoa guisada</b> amb verdures  <b>Truita de patata i ceba</b> amb amanida d'enciam i cogombre  <b>Fruita del temps</b>	<b>19</b> <b>Arròs amb salsa de tomàquet</b>  <b>Calamars fresc a la romana</b> i amanida d'enciams i pastanaga  <b>Fruita del temps</b>	<b>20</b> <b>Cigrons guisats</b> amb ceba i pastanaga  <b>Salsitxes de porc sense gluten</b> , amb amanida de tomàquet i blat de moro  <b>logurt ecològic La Llet 10 Cardedeu</b>	<b>21</b> <b>Sopa de peix amb pasta sense gluten</b>  <b>Pollastre rostit amb llimona i all</b> , amb amanida d'enciam i cogombre  <b>Fruita del temps</b>
<b>25</b> <b>Amanida russa</b> amb patates, pèsols, ou dur, pastanaga i tonyina  <b>Cuixeta de pollastre guisat</b> amb ceba i porro amb amanida d'enciam i cogombre  <b>Fruita del temps</b>	<b>26</b> <b>Bledes amb patates saltejades amb all</b>  <b>Bistec de porc a la planxa</b> amb salsa de poma  <b>Fruita del temps</b>	<b>27</b> <b>Pasta sense gluten a la napolitana</b> gratinats amb formatge  <b>Truita de carbassó</b> amb amanida d'enciam i pastanaga  <b>logurt d'ovella la Cleda</b>	<b>28</b> <b>Crema de pastanaga sense crostonets</b>  <b>Peix amb salseta</b> i amb amanida de tomàquet i olives  <b>Fruita del temps</b>	<b>29</b> <b>Mongetes seques guisades amb verdureta</b>  <b>Hamburguesa de vedella sense gluten</b> amb amanida d'enciam i blat de moro  <b>Fruita del temps</b>

**Nari-Nans**, totes les monitores i l'equip de cuina, us desitja bon curs 2017/18 i bon profit.

**Nari-Nans** ofereix un producte de qualitat i servei personalitzat. Els plats estan elaborats per les cuineres del centre de l'escola, la Loli i Eugenia, a partir d'ingredients frescos. Les amanides es fan amb enciams variats i altres ingredients segons temporada: pastanaga, tomàquets, col lombarda, olives, cogombre, sèsam torrat. Les carns i el pollastre són de granges de proximitat. Tota la carn estan exempta de gluten i de lactosa. La varietat del peix fresc que donem estarà en funció de l'oferta del mercat.

Tots els menús estan supervisats per CÈLIA PUIG, Dietista-Nutricionista N<sup>o</sup>col·legiada CAT000633 Col·legi de Dietistes-Nutricionistes de Catalunya