

Menú Març 2023

SENSE GLUTEN NI LLEGUM



DIMECRES 1		DIJOUS 2		DIVENDRES 3
Patates amb espinacs		Sopa de pasta i brou s/gluten ni llegum	Arròs amb sofregit de verdures, tomàquet i formatge ratllat	
Contracuixa de pollastre arrebossada sense gluten amb amanida, api i poma		Filet de lluç al vapor amb ceba, carbassó i pastanaga	Truita de carbassó amb enciam, pastanaga i rave	
Iogurt natural / Pa s/gluten		Fruita de temporada / Pa s/gluten	Fruita de temporada / Pa s/gluten	
DILLUNS 6		DIMECRES 8		DIVENDRES 10
Arròs a la milanesa s/llegum ni gluten		Crema de carbassa		Patates estofades
Contracuixa de pollastre brasejades s/gluten amb all i julivert amb enciam tres colors		Llom al forn amb poma i pastanaga		Salmó a la planxa amb enciam i olives
Fruita de temporada / Pa s/gluten		Fruita de temporada / Pa s/gluten		Iogurt natural / Pa s/gluten
DILLUNS 13		DIMECRES 15		DIVENDRES 17
Pasta s/gluten amb salsa de tomàquet s/llegum		Sopa minestrone amb pasta s/gluten brou s/llegum ni gluten		Trinxat de bledes i oli d'all
Peix a la planxa amb amanida de temporada s/soja		Magra de porc estofada amb patates i pastanaga		Seitons (s/enfarinar) amb salsa marinera s/pèsols
Fruita de temporada / Pa s/gluten		Fruita de temporada / Pa s/gluten		Fruita de temporada / Pa s/gluten
DILLUNS 20		DIMECRES 22		DIVENDRES 24
Paella de verdures s/llegum		Pasta s/gluten amb tomàquet i formatge		Patates estofades s/llegum
Truita d'espinacs amb panses i enciam amb tomàquet i blat de moro		Gall de Sant Pere al forn (s/enfarinar) amb juliana de carbassa i ceba		Peix a la planxa amb enciam tres colors
Fruita de temporada / Pa s/gluten		Fruita de temporada / Pa s/gluten		Fruita de temporada / Pa s/gluten
DILLUNS 27		DIMECRES 29		DIVENDRES 31
Pasta s/gluten al pesto		Arròs amb tomàquet		Mongeta tendra amb patates
Peix al forn (s/enfarinar) amb tomàquet amanit		Truita paisana (patata, ceba i pebrot) amb enciam, pastanaga i blat de moro		Magra d'au planxa amb amanida
Fruita de temporada / Pa s/gluten		Fruita de temporada / Pa s/gluten		Flam / Pa s/gluten

- TOT EL PEIX ÉS SENSE ESPINES.
- FRUITA DE TEMPORADA / PA SENSE GLUTEN. TOTS ELS PLATS ESTAN AMANITS AMB OLI D'OLIVA VERGE EXTRA.
- ES COMPROVARÀ QUE ELS PRODUCTES NO CONTINGUIN ELS ALIMENTS NO TOLERATS, ES COURAN ELS ALIMENTS EN ESTRIS EXCLUSIUS I ES FREGIRAN EN OLI NOU.