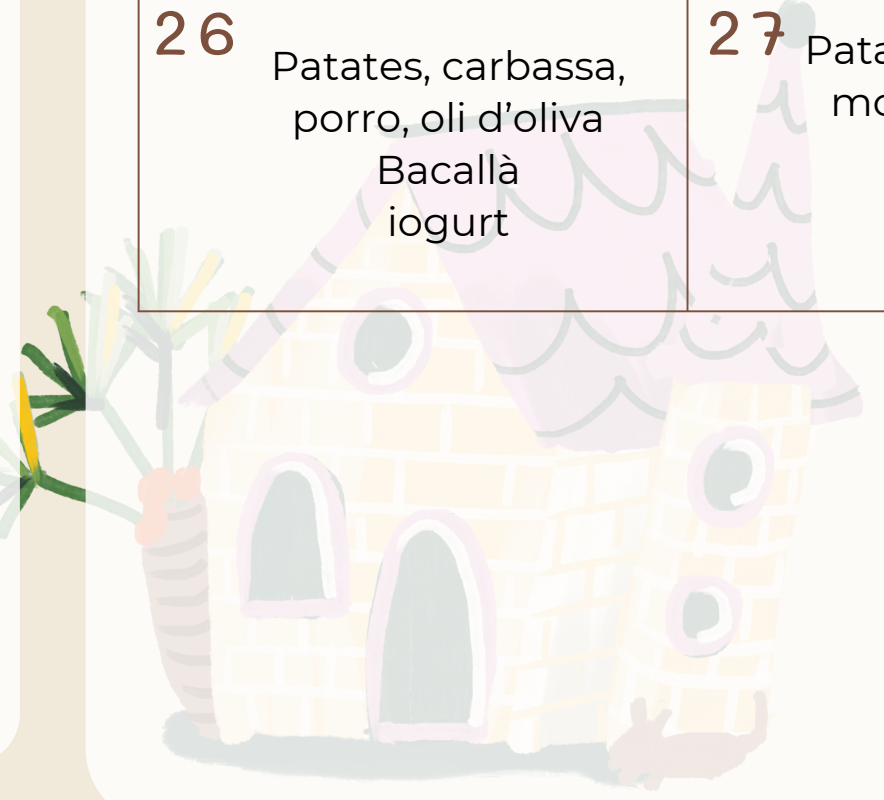


2024 MENÚ FEBRER MENÚ TRITURATS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 Patates, pastanaga, carbasó, oli d'oliva Rap iogurt	2 Patates, pastanaga, porro, api, oli d'oliva Vedella iogurt
5 Patates, carbassa, porro, oli d'oliva Pollastre iogurt	6 Patates, pastanaga, mongeta tendra, oli d'oliva Ou iogurt	7 Patates, carbassa, porro, oli d'oliva Lluç iogurt	8 Llegum, pastanaga, carbasó, oli d'oliva Gall dindi iogurt	9 Sèmola, pastanaga, porro, api, oli d'oliva Llom iogurt
12 FESTA	13 Llegum, pastanaga, mongeta tendra oli d'oliva Ou iogurt	14 Patates, carbassa, porro, oli d'oliva Pollastre iogurt	15 Patates, pastanaga, carbasó, oli d'oliva Lluç iogurt	16 Patates, pastanaga, porro, api, oli d'oliva Llom iogurt
19 Patates, carbassa, porro, oli d'oliva Ou iogurt	20 Patates, pastanaga, mongeta tendra, oli d'oliva Bacallà iogurt	21 Llegum, carbassa, porro, oli d'oliva Pollastre iogurt	22 Sèmola, pastanaga, carbasó, oli d'oliva Lluç iogurt	23 Patates, pastanaga, porro, api, oli d'oliva Gall dindi iogurt
26 Patates, carbassa, porro, oli d'oliva Bacallà iogurt	27 Patates, pastanaga, mongeta tendra, oli d'oliva Pollastre iogurt	28 Patates, carbassa, porro, oli d'oliva Lluç iogurt	29 Sèmola, pastanaga, carbasó, oli d'oliva Llom iogurt	



Pa integral dos cops a la setmana.

Al·lèrgies i intoleràncies

Al·lèrgies l'ou: la truita se substituirà per truita de farina de blat de moro, llet i patates o farina de cigrons.

Intolerància a la lactosa: es farà aquest mateix menú adaptat sense lactosa.

Celíaquia: es farà aquest mateix menú adaptat sense gluten.

Al·lèrgia al peix: se substituirà per pollastre.

Al·lèrgia al marisc: es farà aquest mateix menú adaptat sense marisc.

Al·lèrgia als llegums: se substituirà per patates.

Al·lèrgia a la proteïna de la vaca: Es farà aquest mateix menú adaptat sense PLV.

Menús no porc: se substituirà per pollastre.

L'oli que s'utilitza per cuinar és de gira-sol alt oleic i oli d'oliva verge.

En la programació de menús no carn els primers plats s'adaptaran als segons se substituirà la carn per ou o peix blanc o blau.

Els nostres proveïdors estan certificats en carns Halal.

Salses i Sofregits

Amanida campera: patates, olives verdes, tomàquet, tonyina, oli d'oliva, vinagre i sal.

Amanida variada: enciam, tomàquet, blat de moro, pastanaga ratllada, olives i oli d'oliva.

Sofregit de verdura: pebrot vermell, tomàquet, ceba, sal i oli d'oliva.

Salsa de tomàquet: tomàquet, ceba, pastanaga, all, sal i oli d'oliva.

Salsa carbonara: sal, oli d'oliva, llet, xampinyons, bacó i farina.

Salsa bolonyesa: tomàquet, carn de vedella, ceba, oli, sal i herbes provençals.

Salsa pesto: alfàbrega, sal, orenga, pebre blanc, oli d'oliva verge i patata.

Salsa verda: brou de peix, ceba, alls, oli de gira-sol, pèsols, julivert i sal.

Salsa de carn: bresa de verdures (ceba, porro, pastanaga, tomàquet), aigua, midó i sal.

Salsa de ceps: oli de gira-sol, sal, pebre negre, ceba, llet, farina, xampinyons, ceps i llenegues.

Salsa jardinera: mongeta verda, pastanaga, patata, pèsols, oli de gira-sol, aigua, tomàquet, espècies i sal.

Salsa mediterrània: tomàquet, pebrot vermell, ceba i oli d'oliva.

M^a Carmen Àvila

Dietista-Nutricionista
Col·legiada Núm. CAT001011