

MENÚ SENSE GLUTEN Octubre 2018 Menjador escolar

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>1</p> <p>Pasta sense gluten amb salsa de tomàquet</p> <p>Truita de patata amb guarnició d'enciam i sèsam torrat</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>2</p> <p>Crema de verdures de tardor</p> <p>Pit de pollastre arrebossat (amb farina sense gluten) amb guarnició d'enciam i pastanaga</p> <p>logurt CLEDA d'ovella</p>	<p>3</p> <p>"Escudella completa"</p> <p>Sopa de pasta sense gluten</p> <p>Pilota de vedella sense gluten, verdures i cigrons</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>4</p> <p>Verdura bullida: mongeta verda, patata i pastanaga</p> <p>Peix blanc al forn amb ceba i tomàquet i amb guarnició d'enciam i cogombre</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>5</p> <p>Amanida completa amb formatge fresc i tonyina</p> <p>Paella mixta (amb costella de porc i calamar)</p> <p>Fruita del temps</p>
<p><i>* Bledes amb patata</i> <i>Peix al forn amb samfaina</i></p>	<p><i>* Sopa amb pasta sense gluten</i> <i>Llom de porc a la planxa amb amanida</i></p>	<p><i>* Puré d'espínacs</i> <i>Peix arrebossat amb pa integral i amanida</i></p>	<p><i>* Crema de llegums</i> <i>Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida</i></p>	<p><i>* Escalibada, Pa sense gluten amb tomàquet</i> <i>Remenat de gambes</i></p>
<p>8</p> <p>Llenties pardines estofades amb verdures</p> <p>Pollastre al forn amb herbes aromàtiques, i amb guarnició d'enciam i tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>9</p> <p>Trinxat de col i patata</p> <p>Hamburguesa de vedella sense gluten amb guarnició d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>10</p> <p>Sopa de peix amb pasta sense gluten</p> <p>Truita de carbassó, ceba i patata amb guarnició d'enciam i cogombre</p> <p>logurt DEL BERGUEDA</p>	<p>11</p> <p>Arròs ecològic amb salsa de tomàquet</p> <p>Peix al forn amb verdures i herbes provençals, i amb guarnició d'enciam i sèsam</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>FESTA</p>
<p><i>* Crema de carbassa</i> <i>Peix a la planxa amb amanida</i></p>	<p><i>* Arròs amb tomàquet</i> <i>Truita de pebrot i albergínia</i></p>	<p><i>* Menestra de verdura</i> <i>Pollastre a la planxa amb amanida</i></p>	<p><i>* Amanida de llenties</i> <i>Bikini amb pa sense gluten de pernil dolç i formatge</i></p>	
<p>15</p> <p>Macarrons sense gluten amb tomàquet i formatge gratinat</p> <p>Remenat de xampinyons amb guarnició d'enciam i cogombre</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>16</p> <p>Arròs a la cassola amb verdures</p> <p>Rostit de gall d'indi amb guarnició d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>17</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Peix arrebossat (amb farina sense gluten) amb guarnició d'enciam i olives</p> <p>logurt LA FAGEDA</p>	<p>18</p> <p>Coliflor i patata sense gratinar</p> <p>Bistec de porc a la planxa amb guarnició d'enciam i blat de moro sense gluten</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>19</p> <p>Crema de carbassa i porros</p> <p>Estofat de vedella amb patata, ceba i pèsols amb guarnició d'enciam i tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p>
<p><i>* Broquil amb patata i pastanaga</i> <i>Hamburguesa de pollastre</i></p>	<p><i>* Sopa amb pasta sense gluten</i> <i>Peix al forn amb verdures saltejades</i></p>	<p><i>* Puré de patata</i> <i>Conill a la planxa amb amanida</i></p>	<p><i>* Arròs amb verdures saltejades</i> <i>Truita a la francesa</i></p>	<p><i>* Amanida variada</i> <i>Peix a la planxa amb patates fregides</i></p>
<p>22</p> <p>Crema de verdures Vedella a la jardinera (pèsols, pastanaga i patata) amb guarnició d'enciam i cogombre</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>23</p> <p>Sopa d'au amb arròs</p> <p>Peix a la Rioja (amb suquet, tomàquet, ceba i pastanaga) i guarnició d'enciam i sèsam torrat</p> <p>logurt LA FAGEDA amb sucre morè</p>	<p>24</p> <p>Llenties pardines guisades amb verdures</p> <p>Truita de formatge amb guarnició d'amanida de tomàquet i pebrot</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>25</p> <p>Trinxat de bleda i carbassa amb patata</p> <p>Bistec de porc a la planxa amb guarnició d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>26</p> <p>Espaguetis sense gluten amb salsa de tomàquet</p> <p>Cuixa de pollastre al forn al romaní amb guarnició d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p>
<p><i>* Macarrons amb tomàquet</i> <i>Peix a la planxa amb amanida</i></p>	<p><i>* Mongeta verda, patata i pastanaga bullida</i> <i>Xai a la planxa</i></p>	<p><i>* Pure de verdures</i> <i>Gall d'indi a la planxa amb patata al caliu</i></p>	<p><i>* Sopa de peix amb arròs</i> <i>Peix al forn amb amanida</i></p>	<p><i>* Hummus de cigrons</i> <i>Truita de pernil dolç amb amanida</i></p>
<p>29</p> <p>Arròs integral amb verdures</p> <p>Llom de porc a la planxa amb guarnició d'enciam i tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>30</p> <p>Mongetes blanques sortint de l'olla amb rajolí d'oli i allels</p> <p>Calamars a la planxa amb guarnició d'enciam i tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>31</p> <p>Crema de verdures del temps</p> <p>Fricandó de vedella amb salsa de castanyes (sense farina)</p> <p>Moniato al forn</p>		
<p><i>* Espínacs amb patata</i> <i>Peix a la planxa</i></p>	<p><i>* Sopa amb pasta sense gluten</i> <i>Pollastre a la planxa amb amanida</i></p>	<p><i>* Entrepà vegetal (pa sense gluten, enciam, tomàquet, pastanaga, tonyina i ou)</i></p>		

NariNans es reserva el dret a modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat i es compromet a oferir un producte de qualitat i un servei personalitzat. Els plats estan elaborats per la cuinera de l'escola a partir d'ingredients frescos, ecològics, de proximitat i de temporada.

** Proposta de sopar per fer a casa. Es recomana complementar el sopar amb un postres a base de fruita i/o làctic.*