

Març 2024

ESCOLA MESTRAL

MENÚ SENSE GLUTEN*

*menú amb pa sense gluten

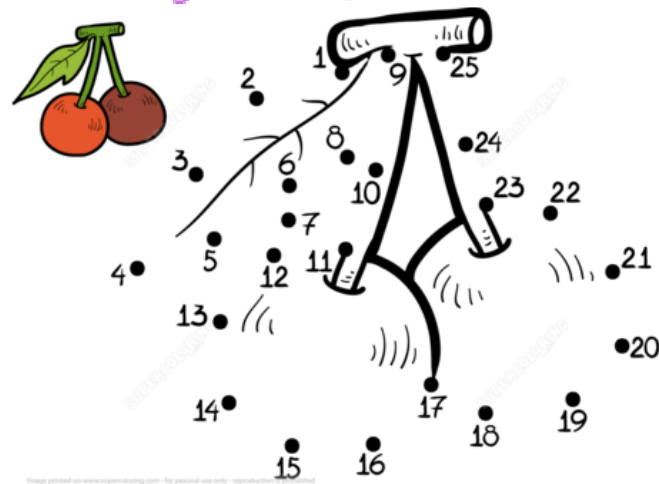
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
---------	---------	----------	--------	-----------



Les fruites del temps són: taronja, mandarina, poma, pera, plàtan,...Descobreix-les totes [aquí](#)
 Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir.
 Ús de sal lodada per cuinar.
 Hi ha aigua potable accessible pels infants.
 Carn i Pollastre produïts a Catalunya 100%
 Peix fresc de les llotges de Palamós, varietats com: seitó, maira, canana,...
 Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.
 Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

4 CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA FIDEUÀ SENSE GLUTEN AMB DAUS DE RAP (S/MARINERA) FRUITA DEL TEMPS	5 MINESTRA DE VERDURES CASOLANA I PÈSOLS BOTIFARRA DE PAGÈS AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	6 SOPA DE L'ÀVIA AMB PASTA SENSE GLUTEN POLLASTRE A LES FINES HERBES AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	7 LLENTIES SENSE GLUTEN ESTOFADES AMB CARBASSA LLUÇ AL FORN AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS	8 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM IOGURT
11 ARRÒS TRES DELICIES (PÈSOLS, PASTANAGA I PERNIL) PEIX ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE GLUTEN I OLI NET AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	12 OLLA BARRETJADA AMB CIGRONS TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	13 MACARRONS SENSE GLUTEN A LA CARBONARA (NATA I BACÓ) POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES DE GIRA-SOL FRUITA DEL TEMPS	14 PURÉ DE CARBASSÓ AMB CROSTONS SENSE GLUTEN O SENSE PIZZA SENSE GLUTEN O PANINI CASOLANA AMB AMANIDA IOGURT	15 SOPA DE BROU AMB PASTA SENSE GLUTEN FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
18 COLIFLOR AMB PATATA PEIX ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE GLUTEN EN OLI NET AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	19 MONGETES BLANQUES ESTOFADES AMB VERDURES LLOM A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	20 ESPAGUETIS SENSE GLUTEN A LA NAPOLITANA ALETES DE POLLASTRE ADOBADES AMB ENCIAM I PIPES DE GIRA-SOI "TORRIJA" CASOLANA AMB PA SENSE GLUTEN O FRUITA	21 CREMA DE PORRO, PASTANAGA I NAP MARMITAKO DE PEIX FRUITA DEL TEMPS	22 GASTRONOMIA DE XILE "CAZUELA DE AVE" (SOPA DE POLLASTRE, CEBA, PASTANAGA I ARRÒS) "CHORRILLANA" (OUS REMENATS, TIRES DE CARN I CEBA SOBRE UNA BASE DE PATATES FREGIDES) LLET AMB PLÀTAN (BATUT CASOLÀ)

Segueix els números i aconseguiràs fer el dibuix!



25 SET	26 MA	27 NA	28 SAN	29 TA
------------------	-----------------	-----------------	------------------	-----------------



Un cop al mes, unes postres casolanes