

ESCOLA SANT ANDREU DE LA BARCA DESEMBRE 2022 MENÚ **SENSE GLUTEN**

Bon Nadal i Felig any nou!

Les fruites del temps són: kiwi, mandarina, poma, taronja,... Augmenta els cítrics per prevenir refredats! Es servirà pa integral.

Ús d'oli d'oliva per cuinar i oli d'oliva verge per amanir. Oli de gira-sol alt oleic per fregir.

Ús de sal iodada per cuinar.

Carn i Pollastre produïts a Catalunya 100%

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

DIJOUS 1	DIVENDRES 2
MINISTRA DE VERDURES CASOLANA	SOPA JULIANA SENSE GLUTEN
PAELLA MARINERA SENSE TRACES	CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB LLIMONA I CANYELLA I AMANIDA D'ENCIAM I SOJA
IOGURT	FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES TRUITA DE TONYINA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	FESTIU	PASTA SENSE GLUTEN AMB PESTO D'ESPINACS CROQUETES SENSE GLUTEN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	FESTIU	FESTIU DE LLIURE DISPOSICIÓ
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
CREMA DE LLEGUMS FIDEUS SENSE GLUTEN A LA CASSOLA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS 2 DELÍES (PÈSOLS I PASTANAGA) CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS GUISATS AMB BLEDES TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	TRINXAT DE COL I PATATA HAMBURGUESA A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	VISITEM FINLANDIA HERNEKEITTO (SOPA DE PÈSOLS, PORC I VERDURES) SENSE GLUTEN PEIX AL FORN AMB POTTUVOI (PURÉ DE PATATA)  PASTÍS CASOLÀ SENSE GLUTEN
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	 Un cop al mes, postre casolà	
ARRÒS AMB TOMÀQUET LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES OUS REMENATS AMB XAMPINYONS I AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	MENÚ DE NADAL ESCUDELLA DE GALETS SENSE GLUTEN POLLASTRE ROSTIT AMB PANSES I PRUNES POSTRE ESPECIAL SENSE GLUTEN O IOGURT		

