

ESCOLA SANT ANDREU DE LA BARCA

FEBRER 2023

MENÚ SENSE GLUTEN

DILLUNS 6 <i>Pa sense gluten</i> DIMARTS 7		DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
PURÉ DE CARBASSA	MINISTRA CASOLANA	SOPA DE BROU SENSE GLUTEN	MACARRONS SENSE GLUTEN A LA NAPOLITANA (TOMÀQUET I FORMATGE)	DIA MUNDIAL DE LES LLEGUMS MONGETES VERMELLES ESTOFADES AMB VERDURES
PAELLA MARINERA SENSE GLUTEN	CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES	CARN MAGRA A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA	PEIX AL FORN AMB PICADA D'ALL I JULIVERT I VERDURES SALTADES	TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
COLIFLOR AMB PATATA	CREMA DE CARBASSÓ AMB CROSTONS SENSE GLUTEN O SENSE CROSTONS	ARRÒS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET CASOLÀ	DIJOUS GRAS CIGRONS GUISATS	MENÚ DE CARNAVAL ESPAGUETIS SENSE GLUTEN
OUS REMENATS AMB VERDURETES	LASSANYA SENSE GLUTEN DE LLENTIES CASOLANA	LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES	TRUITA FRANCESA AMB BOTIFARRA D'OU I AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET	AMB PESTO D'ESPINACS POLLASTRE A LES FINES HERBES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	POSTRE LàCTIC
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ	MACARRONS SENSE GLUTEN AMB SOFREGIT D'HORTALISSES DE L'HORT	TRINXAT DE BLEDA I PATATA	LLENTIES SENSE GLUTEN ESTOFADES AMB ARRÒS	JORNADA GASTRONÒMICA DE FRANÇA
	TRUITA DE TONYINA AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA	GALL DINDI SALTAT AMB VERDURES (SENSE COUS-COUS)	PEIX FRESC SEGONS MERCAT A LA LLIMONA SENSE GLUTEN AMB AMANIDA D'ENCIAM I SOIA	SOUPE A L'OIGNON SENSE GLUTEN
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	POLLASTRE AMB "RATATOUILLE" (ALBERGÍNIA, CARBASSÓ I TOMÀQUET)
				PA DE PESSIC CASOLÀ SENSE GLUTEN
DILLUNS 27	DIMARTS 28	Un cop al mes, postre casolà		
SOPA DE PEIX SENSE GLUTEN	PASTA SENSE GLUTEN AMB VERDURES (SENSE SALSA DE SOJA)	 Dia Mundial de les Llegums		
OUS DURS AMB SALSA DE TOMÀQUET I AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO	PEIX AMB SALSETA	 Quilòmetre zero a l'Escola		
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS			

Les fruites del temps són: maduixes, mandarina, plàtan, taronja o kiwi.

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%

Peix provinent de les llotges catalanes, varietats segons mercat: sorell, bròtola, sardina, seitó, canana, verat...

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

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



**Per Carnaval,
Tot s'hi val!**


*I aquest any al Febrer, portem
una sorpresa...*



Famílies! Estigueu ben atentes al nostre Instagram per veure les bases del concurs!



 @comacasa.menjadorscolars

 www.comacasamenjadors.cat