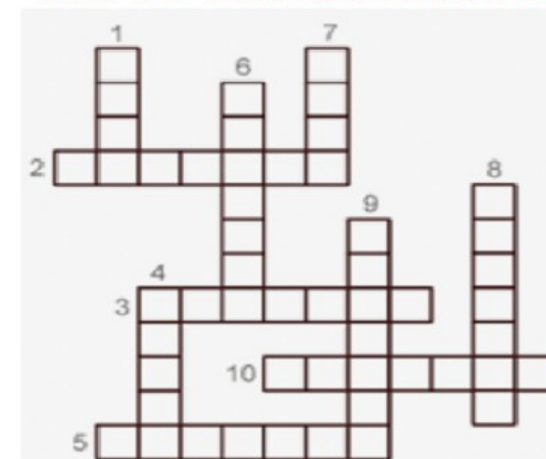


ESCOLA SANT ANDREU DE LA
BARCA
MARÇ 2023
MENÚ SENSE GLUTEN

*pa sense gluten		DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS SENSE GLUTEN O SENSE CROSTONS FIDEUÀ SENSE GLUTEN MARINERA SENSE GLUTEN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE L'ÀVIA SENSE GLUTEN TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	MINISTRA DE VERDURES CASOLANA I PÈSOLS BOTIFARRA DE PAGÈS AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ ALETES DE POLLASTRE ADOBADES SENSE GLUTEN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES IOGURT	LLENTIES SENSE GLUTEN ESTOFADES AMB PASTANAGA LLUÇ AL FORN AMB PATATES FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
ARRÒS AMB VERDURES DE TEMPORADA PEIX ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE GLUTEN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS A LA RIOJANA TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE LLETRES SENSE GLUTEN FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARBASSÓ PAELLA MAR I MUNTANYA SENSE GLUTEN FRUITA DEL TEMPS	GASTRONOMIA DE JAPÓ FIDEUS SENSE GLUTEN AMB VERDURES (CEBA, CARBASSÓ I PASTANAGA) (SENSE SALSA DE SOJA) POLLASTRE "YAKITORI" (SENSE SALSA DE SOJA) TORRADES SENSE GLUTEN
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DIA MUNDIAL DE LA FELICITAT ESPAGUETIS SENSE GLUTEN AMB SALSA BOLONYESA TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I PIPES DE GIRA-SOL FRUITA DEL TEMPS	MONGETES BLANQUES ESTOFADES AMB VERDURES HAMBURGUESA (SENSE GLUTEN) A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS TRES DELÍCIES SUQUET DE PEIX FRESC SEGONS MERCAT SENSE GLUTEN FRUITA DEL TEMPS	MONGETA TENDRA AMB PATATA POLLASTRE AMB SALSETA SENSE GLUTEN I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA IOGURT	SOPA D'AU AMB PASTA SENSE GLUTEN LLOM AMB SUAU SALSETA I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMERES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31
LLENTIES SENSE GLUTEN ESTOFADES AMB HORTALISSES OUS REMENATS AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	LLESQUES DE PATATA AMB VERDURES GRATINADES SENSE GLUTEN SALSITXES D'AU A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS SENSE GLUTEN AL PESTO TONYINA EN SALSA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS SALTAT AL CURRI CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE VERDURES I PÈSOLS PIZZA SENSE GLUTEN CASOLANA POSTRE ESPECIALS/GLUTEN O IOGURT

Les fruites del temps són: maduixes, poma, pera, plàtan, taronja,...
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.

MOTS ENCREUATS



8 Dia Internacional de la Dona

20 Dia Internacional de la Felicitat



Un cop al mes, postre casolà



@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat