

Novembre 2023

# ESCOLA SANT ANDREU DE LA BARCA

# MENÚ SENSE GLUTEN

\*menú amb pa sense gluten

DILLUNS



DIMARTS



DIMECRES

1  
**FESTIU**

DIJOUS

2  
**LLENTIES SENSE GLUTEN** GUISADES  
**PEIX PLANXA** AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA DEL TEMPS

DIVENDRES

3  
ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORT  
CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE  
FRUITA DEL TEMPS

Les fruites del temps són: kiwi, mandarina, mango, poma,...  
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 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.

6  
PURÉ DE NAP I PASTANAGA  
**FIDEUÀ SENSE GLUTEN AMB PEIX**  
FRUITA DEL TEMPS

7  
CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES DE TEMPORADA  
TRUITA DE FORMATGE AMB ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA DEL TEMPS

8  
COLIFLOR AMB PATATA  
**POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE GLUTEN EN OLI NET** AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA  
FRUITA DEL TEMPS

9  
SOPA DE BROU AMB **PASTA SENSE GLUTEN**  
LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA  
IOGURT

10  
RISOTTO DE BOLETS  
HAMBURGUESA DE VEDELLA **SENSE GLUTEN** AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET  
FRUITA DEL TEMPS

13  
**LLENTIES SENSE GLUTEN** A LA RIOJANA  
OUS DURS AMB TOMÀQUET I AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES  
FRUITA DEL TEMPS

14  
**PASTA SENSE GLUTEN** AL PESTO DE BRÒCOLI I FORMATGE  
ESTOFAT DE GALL D'INDI A LA JARDINERA  
FRUITA DEL TEMPS

15  
ARRÒS AMB TOMÀQUET  
CALAMARS EN SALSa (**SENSE GLUTEN**)  
FRUITA DEL TEMPS

16  
CREMA DE PORROS **AMB CROSTONS SENSE GLUTEN O SENSE CROSTONS**  
CUIXA DE POLLASTRE A LES FINES HERBES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA  
IOGURT

17  
BLEDES AMB PATATES SALTEJADES AMB ALLET  
**PIZZA SENSE GLUTEN O PANINI SENSE GLUTEN** CASOLANA AMB AMANIDA  
FRUITA DEL TEMPS

20  
ARRÒS CALDÒS  
PEIX AMB SUAU **MUSSOLINA D'ALLIOLI SENSE GLUTEN** I AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET  
FRUITA DEL TEMPS

21  
PURÉ DE CARBASSA  
TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA  
FRUITA DEL TEMPS

22  
OLLA BARRETJADA DE CIGRONS AMB COL I PASTANAGA  
**PEIX ARREBOSSAT SENSE GLUTEN EN OLI NET** AMB AMANIDA D'ENCIAM  
FRUITA DEL TEMPS

23  
MONGETA VERDA I PATATA  
PERNILETS DE POLLASTRE AMB SALSETA I VERDURES  
FRUITA DEL TEMPS

24  
**ORNADA GASTRONÒMICA HONGRIA**  
"HALASZLE" (SOPA DE PEIX AMB PEBRE VERMELL, **PASTA SENSE GLUTEN** I PEIX ESMICOLAT)  
"PORKOLT" (GUISAT DE CARN AMB PATATES  
**"TORTITAS" CASOLANES SENSE GLUTEN.**

Sopa de lletres de la tardor



27  
MINESTRA DE VERDURES  
PAELLA **AMB PEIX**  
FRUITA DEL TEMPS

28  
**PASTA S/ GLUTEN NAPOLITANA**  
TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES  
FRUITA DEL TEMPS

29  
CREMA DE CARBASSÓ  
**MANDONGUILLES MIXTES SENSE GLUTEN** AMB SALSa DE TOMÀQUET I VERDURETES  
FRUITA DEL TEMPS

30  
**FESTIU**



Un cop al mes, postre casolà

