

Maig 2024

ESCOLA SANT ANDREU DE LA BARCA

MENÚ SENSE GLUTEN*

***menú amb pa sense gluten**

Les fruites del temps són: taronja, pera, poma, plàtan, pruna, pinya... 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 iodada per cuinar.

Carn i Pollastre produïts a Catalunya

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.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Un cop al mes, unes postres casolanes

1
FESTIU

2
ESPAGUETIS SENSE GLUTEN A LA NAPOLITANA
TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

3
CIGRONS SALTATS O ESTOFATS
LLUÇ A LA LLI MONA (S/GLUTEN) AMB ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

4
AMANIDA COMPLETA/ CREMA DE VERDURES
FIDEUS SENSE GLUTEN A LA CASSOLA
FRUITA DEL TEMPS

7
LLENTIES SENSE GLUTEN GUISADES AMB HORTALISSES
TRUITA D'ESPINACS I PATATA AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

8
CREMA DE CARBASSÓ
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

9
TRINXAT DE BLEDA, CARBASSA I PATATA
SALSITXES DE PAGÈS A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES DE GIRASOL
IOGURT

10
ARRÒS AMB BLAT DE MORO I OLIVES
SUQUET DE PEIX
FRUITA DEL TEMPS

13
PASTA SENSE GLUTEN AMB PESTO DE BRÒCOLI
TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA DEL TEMPS

14
ARRÒS AMB TOMÀQUET
LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

15
SOPA DE PASTA SENSE GLUTEN
PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DEL TEMPS

16
CREMA DE VERDURES
LASSANYA SENSE GLUTEN CASOLANA O PEIX PLANXA
FRUITA DEL TEMPS

17
AMANIDA RUSSA CASOLANA
ESTOFAT DE GALL DINDI AMB VERDURES
IOGURT

20
FESTIU

21
ARRÒS AMB VERDURES
POLLASTRE ARREBOSSAT SENSE GLUTEN CASOLÀ EN OLI NET AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

22
AMANIDA DE PASTA SENSE GLUTEN AMB OLIVES I BLAT DE MORO
OUS DURS AMB SALS DE TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

23
PURÉ DE PASTANAGA I XIRIVÍA
HAMBURGUESA MIXTA (S/GLUTEN) AMB AMANIDA
IOGURT

24
MONGETA VERDA AMB PATATA
ALETES DE POLLASTRE ADOBADES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES
FRUITA DEL TEMPS

27
SOPA DE PEIX AMB ARRÒS
REMANAT D'OUS AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

28
AMANIDA D'ESTIU (PATATA, TONYINA, OLIVES I BLAT DE MORO)
CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES
FRUITA DEL TEMPS

29
GASTRONOMIA DE TAILÀNDIA
"PAD THAI" (PASTA SENSE GLUTEN AMB CARBASSÓ I PASTANAGA) (SENSE SALS DE SOJA)
"GAI PAD MED MAMUANG" (POLLASTRE, Ceba i PEBROT) (SENSE SALS DE SOJA) AMB AMANIDA
"KLUAY BUAT CHI" (BATUT DE PLÀTAN, IOGURT I COCO)

30
MINESTRA CASOLANA AMB PÈSOLS
CANANA FRESCA DE LA LLOTJA DE PALAMÓS
AMB ARRÒS
FRUITA DEL TEMPS

31
PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS
CANELONS CASOLANS SENSE GLUTEN O CARN PLANXA AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

Escriu les paraules d'aquests Mots Emcreuats

