

# MENÚ TARDOR CELÍACS 23/24

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1ra. setmana	<b>Espaguetis amb*** tomàquet i formatge</b> Lluç al forn Amanida Fruita del temps	<b>Brou amb pastanaga col i pasta petita ***</b> Truita de patates Amanida Fruita del temps	<b>Amanida complerta*</b> Cigrons a la riojana amb xoriç logurt	<b>Puré de pastanaga, carabassa i patates</b> Hamburguesa de pollastre Amanida Fruita del temps	<b>Ensaladilla russa</b> Ou dur amb salsa verda Amanida Fruita del temps
2na. setmana	<b>Llenties estofades amb arròs</b> Hamburguesa de vedella Amanida logurt	<b>Macarrons amb tomàquet i formatge***</b> Lluç al forn amb llimona Amanida Fruita del temps	<b>Arròs amb tomàquet</b> Pitet de pollastre arrebossat *** Amanida Fruita del temps	<b>Verdura fresca del temps amb patata</b> Truita francesa Amanida Fruita del temps	<b>Amanida complerta*</b> Gall d'indi adobat Patates fregides Fruita del temps
3ra. setmana	<b>Pasta al pesto ***</b> Lluç al forn amb tomàquet Amanida Fruita del temps	<b>Brou amb pastanaga col i pasta petita ***</b> Truita de patates Amanida Fruita del temps	<b>Arròs bullit amb tomàquet</b> Hamburguesa de vedella al forn Amanida Fruita del temps	<b>Amanida complerta*</b> amb poma Mongetes estofades logurt	<b>Crema de verdures i patates</b> Llom al forn a la mostassa Amanida Fruita del temps
4ta. setmana	<b>Macarrons amb tomàquet i formatge ***</b> Lluç al forn Amanida Fruita del temps	<b>Amanida complerta*</b> Ragoût de vedella amb arròs basmati Fruita del temps	<b>Sopa de peix</b> Amb pasta *** Pollastre al curri Amanida Fruita del temps	<b>Verdura fresca del temps amb patata</b> Ou dur amb tomàquet Amanida Fruita del temps	<b>Llenties estofades amb verdures</b> Peix a la planxa Amanida logurt

## \*\*\* PASTA O PA RALLAT SENSE GLUTEN

La variació de verdura fresca, anirà en funció del mercat (mongeta tendra, blada, col, etc.)

\*\* El dia que toca pitet arrebossat, els alumnes de 5è i 6è menjaran croquetes casolanes

### Ingredients amanides:

Amanida complerta: Enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro (poden variar segons temporada)

**RÈGIMS:** La cuina pot oferir dues modalitats de règims

**Ordinari** - És el que utilitzen aquells alumnes esporàdicament perquè tenen algun desajust digestiu, pot ser astringent o laxant.

**Cal que envieu un mail a la Cooperativa (cooperativa@patufet.cat), explicant el tipus de règim i la durada.**

**Especial** - És el que han de fer determinats alumnes per prescripció mèdica. En aquest cas, cal un escrit del metge o especialista, certificant la necessitat i especificant el tipus d'aliments que es poden prendre i el que no. Per concretar aquest tipus de règims tant específics, cal posar-se en contacte amb la Coordinadora de l'estona de migdia (93.337.54.81 o cooperativapatufet@gmail.com).

S'estudiarà cada cas per veure si es pot atendre la demanda.

Seguir aquestes normes és important en benefici de la salut dels alumnes.

Es pot donar el cas que, després d'una festa no es pugui donar el menú que correspon a aquell dia. En casos així la Cooperativa pot canviar el menú.

### 1ra Setmana

09/10/2023

06/11/2023

04/12/2023

- Menú revisat i aprovat per dietistes col·legiats de SAIA Consultors en Seguretat Alimentària (CAT/00719) -