

Menús del mes de maig 2024 (Al·lèrgics)

Al·lèrgies : Gluten.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1	2	3
			Trinxat de col amb patates	Arròs amb tomàquet
			---	---
			Gall dindi a la planxa amb herbes provençals	Peix fresc segons mercat amb amanida
			---	---
			Pa S.Gluten / Fruita de temporada	Pa S.Gluten / logurt natural s/sucre
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
6	7	8	9	10
Crema de carbassó i porro	Arròs amb verdures	Mongeta verda al vapor amb patates	Risotto de carbassa i pèsols	Amanida fresca de temporada
---	---	---	---	---
Fogoner amb ceba, amanida i olives	Filet de lluç al forn amb patates	Pollastre al forn a la farigola amb les seves verdures	Caçó al forn amb all i julivert amb tomàquet natural amanit	Truita d'espínacs amb pastanaga ratllada
---	---	---	---	---
Pa S.Gluten / Fruita de temporada	Pa S.Gluten / Fruita de temporada	Pa S.Gluten / Fruita de temporada	Pa S.Gluten / logurt natural s/sucre	Pa S.Gluten / Fruita de temporada
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
13	14	15	16	17
Sopa de peix amb arròs	Amanida fresca de temporada	Pèsols ofegats (bullits) amb ou dur	Macarrons (sense gluten) amb sofregit de tomàquet	
---	---	---	---	---
Pit de pollastre a la planxa amb enciam i blat de moro	Cigrons Eco estofats amb pastanaga i carbassó	Filet de lluç al forn amb verdures	Truita a la francesa amb amanida	
---	---	---	---	
Pa S.Gluten / Fruita de temporada	Pa S.Gluten / logurt natural s/sucre	Pa S.Gluten / Fruita de temporada	Pa S.Gluten / Fruita de temporada	
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
20	21	22	23	24
	Crema de verdures de temporada	Espirals (sense gluten) amb orenga, oli i formatge	Cigrons eco amb espínacs	Amanida camperola (patates, tomàquet, olives, ceba)
---	---	---	---	---
	Truita de patata amb enciam variada	Tall rodó de gall dindi al forn amb verdures (pebrot, ceba i tomàquet)	Fogoner amb ceba, amanida i olives	Pollastre al forn a la llimona i herbes
---	---	---	---	---
	Pa S.Gluten / Fruita de temporada	Pa S.Gluten / Fruita de temporada	Pa S.Gluten / Fruita de temporada	Pa S.Gluten / logurt natural s/sucre
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
27	28	29	30	31
Trinxat de bledes amb patata	Hummus amb bastonets de pastanaga i cogombre	Macarrons (sense gluten) amb salsa marciana (espínacs i ceba)	Risotto de carbassa i pèsols	Amanida variada, xerris, api, blat de moro i pipes de carbassa
---	---	---	---	---
Salmó amb salsa de taronja i ceba caramel·litzada	Gall dindi a la planxa amb herbes provençals	Truita de carbassó amb amanida	Daus de pollastre al forn amb ceba caramel·litzada	Mongetes blanques saltejades amb all i julivert
---	---	---	---	---
Pa S.Gluten / Fruita de temporada	Pa S.Gluten / Fruita de temporada	Pa S.Gluten / logurt natural s/sucre	Pa S.Gluten / Fruita de temporada	Pa S.Gluten / Fruita de temporada

Menú revisat per Rosa Maria Espinosa, Dietista-Nutricionista Col·legiada: CAT000273

MAIG - Fruïtes, verdures i hortalisses "Temporada de recol·lecció i millor època de consum"

Fruïtes: albercoc, cirera, maduixes, préssec, nectarina, nespra i plàtan.

Verdures i hortalisses; albergínia, carbassa, carbassó, espàrrecs verd, espínacs, mongeta tendra, enciam, nap, cogombre, tomàquet, pebrot, porro, remolatxa i pastanaga.

Llistat de proveïdors

Pa ecològic (Forn Santa Madrona), Fruïtes i verdures ECO de proximitat (Eco Central), Carn i Pollastre (Mercat de Canyelles - Carnes JyL i Alimenbarna S.L), Peix Fresc i congelat (Supremas Food Service SL), Aigua (Font d'aigua Culligan), Llegums, Arròs, Pasta, logurts (Eco Central - Cultivat i elaborat a Catalunya).