



Menú sense gluten

Menú sense gluten				
DIJOURS 1		DIVENDRES 2		
Cigrons estofats (cigrons, ceba, porro, tomàquet, pastanaga i patates)		Crema de carbassa (carbassa, pastanaga, mongeta tendra, patata i ceba)		
Truita a la francesa amb enciam i pastanaga		*Pollastre arrebossat amb patates fregides		
Fruita		Fruita		
DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOURS 8	DIVENDRES 9
Llenties estofades ECO (ceba, porro, tomàquet, pastanaga, patates)	Arròs semi integral amb tomàquet	Amanida amb tomàquet, olives negres i pipes	Bledes amb patates i pernil	Crema de xampinyons (patata, xampinyons, porro i tomàquet)
Ous amb tomàquet	*Filet de bacallà a la romana amb enciam i blat de moro	Fideuà de marisc amb pasta sense gluten (cloïsses, calamar, gamba, sèpia, musclos)	Pollastre a la llimona amb enciam i olives negres	Botifarra amb mongetes seques
Fruita	Fruita	Iogurt de cooperativa	Fruita	Fruita
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOURS 15	DIVENDRES 16 DIA DE LA PROTEINA VEGETAL
Sopa de peix amb arròs	Mongetes blanques estofades ECO (mongetes blanques, ceba, porro, tomàquet, pastanaga i patates)	Amanida amb olives negres i blat de moro	Pasta sense gluten amb orenga i formatge	Crema de carbassó amb pèsols
*Escalopa de llom amb enciam i pastanaga	Truita de formatge amb enciam i tomàquet	Arròs semi integral Estofat de gall d'indi	Lluç fresc al forn amb verdures (tomàquet, ceba, porro, pastanaga, carbassó)	Arròs amb verdures i fruita seca
Fruita	Fruita	Iogurt (sostenible)	Fruita	Fruita
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOURS 22	DIVENDRES 23 DIA DELS HIDRATS DE CARBONI
Menestra de verdures	Crema de carbassa i porro	Amanida, tomàquet i pastanaga	Pèsols amb patates	Pasta sense gluten amb tomàquet i formatge
Truita de carbassó amb enciam i tomàquet	Salmó al forn amb salsa de tomàquet, enciam i olives	Arròs semi integral amb fricandó	Pollastre rostit amb pinya, enciam i blat de moro	Hamburguesa de vedella amb patates chips
Fruita	Fruita	Iogurt de cooperativa	Fruita	Fruita
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOURS 29	DIVENDRES 30

SETMANA SANTA

Fruita del mes: Poma, pera, plàtan, taronja i mandarina

*Sense gluten