

Menú ESCOLAR SENSE GLUTEN, mes de desembre de 2023

Els menús van acompanyats de pa moreno o integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i oli d'oliva verge per trempar.
El iogurt conté 10,7 g de sucres.



Bon Nadal !

1

PASTA sense gluten AMB SALSA DE TOMÀTIGA

RABAS DE CALAMAR CASOLANES sense gluten

ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, tomàtiga, pastanaga rallada)

FRUITA DE TEMPORADA

Suggeriment de sopar:

Coca de verdures amb sardines / Fruita

4 5 6 7 8

PASTA sense gluten A LA CARBONARA

CREMA DE VERDURES

Festiu

No lectiu

Festiu

XISPITAS DE LLUÇ CASOLANES sense gluten

TRUITA DE PATATA I CEBA



ENSALADA VARIADA AMB OLIVES (iceberg, tomàtiga, pastanaga rallada)

ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, tomàtiga, pastanaga rallada)

FRUITA DE TEMPORADA

FRUITA DE TEMPORADA

Suggeriment de sopar:

Suggeriment de sopar:

Bacallà amb pebres, tomàtiga i arròs / Fruita

Ensalada variada i pizza / Fruita

11 12 13 14 15

FIDEUS PAGESOS sense gluten

CREMA DE CARABASSA

ARRÒS INTEGRAL A LA NAPOLITANA

CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES

PASTA sense gluten AGLIO E OLIO

ABADEJO AMB PANAT CASOLÀ sense gluten

ESTOFAT DE MAGRE

PALOMETA AMB ARREBOSSAT CASOLÀ sense gluten

INDIOT AL FORN AMB SALSA CAÇADORA (ceba, xampinyons)

TRUITA A LA FRANCESA AMB PERNIL

ENSALADA VARIADA AMB OLIVES (iceberg, tomàtiga, pastanaga rallada)

PATATA I VERDURES (all, ceba, tomàtiga, llorer, pastanaga)

ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, tomàtiga, pastanaga rallada)

PATATES A CANTONS

ENSALADA VARIADA AMB PIPES (iceberg, brots tendres, pastanaga rallada)

FRUITA DE TEMPORADA

FRUITA DE TEMPORADA

IOGURT

FRUITA DE TEMPORADA

FRUITA DE TEMPORADA

Suggeriment de sopar:

Suggeriment de sopar:

Suggeriment de sopar:

Suggeriment de sopar:

Suggeriment de sopar:

Espirals de llegum amb verdures i curi / Fruita

Ensalada i truita de patata i ceba / Fruita

Coliflor amb beixamel, formatge i ametlles / Fruita

Ensalada i pop amb patata bullida / Fruita

Tacos mexicans de verdures i salmó / Fruita

18 19 20 21

PURÉ DE PASTANAGA

CREMA DE VERDURES

Menú especial de Nadal

TRUITA DE PATATA I CEBA

POLLASTRE AMB SALSA AL CURRY

SOPA DE NADAL sense gluten



ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, tomàtiga, pastanaga rallada)

ARRÒS BLANC

NUGGETS CASOLANS DE POLLASTRE AMB PATATES CHIPS sense gluten

IOGURT

FRUITA DE TEMPORADA

FRUITA DE TEMPORADA

Suggeriment de sopar:

Llom de lluç amb ceba, pastanaga i moniato / Fruita

Sopa de pasta i tortita de bròquil amb formatge / Fruita

Crema de carabassa i truita a la francesa amb ensalada / Fruita



Si necessita informació dels al·lèrgens continguts en el menú, contacti amb cocinadosbenjamin@hotmail.com

Pa, Pasta, Farines, Bases de Pizza, Espècies, Llegum, Preuinats, Embotits, Processats de cam: Sense Gluten.