

Menú ESCOLAR SENSE GLUTEN, mes de febrer de 2024



Menú ESCOLAR SENSE GLUTEN, mes de febrer de 2024				
			1	2
			SOPA DE BROU D'AU AMB PASTA sense gluten	CREMADE XAMPINYONS
			HOKI AMB ENFARINAT CASOLÀ sense gluten	TRUITADE PATATAI CEBA
			MONGETES TENDRES SALTADAS AMB BACON	ENSALADA VARIADA AMB OLIVES (iceberg, tomàtiga, pastanaga rallada)
			IOGURT	FRUITADE TEMPORADA
			Suggesteriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patates / Fruita	Suggesteriment de sopar: Broqueta de pollastre amb patata i verdures / Fruita
5	6	7	8	9
SOPA DE BROU D'AU AMB PASTA sense gluten	CREMADE PASTANAGAI LLEGUM (mongetes blanques)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	PASTA sense gluten A LA CARBONARA
XISPITAS DE LLUÇ CASOLANES sense gluten	CUIXETA DE POLLASTRE ROSTIT AMB LLIMONAI ROMANÍ	PALOMETA AL FORN GRATINADA (beixamel, formatge)	TRUITADE PATATAI CEBA	LLONGANISSA DE PORCALA PLANXA
ENSALADA VARIADA AMB OLIVES (iceberg, tomàtiga, pastanaga rallada)	PATATAI VERDURES (ceba, tomàtiga, pastanaga)	ENSALADA VARIADA AMB TONYINA (iceberg, brots tendres, pastanaga rallada)	ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, tomàtiga, pastanaga rallada)	MONGETES TENDRES SALTADAS AMB ALL, TOMÀTIGA I ARRÒS
FRUITADE TEMPORADA	FRUITADE TEMPORADA	IOGURT	FRUITADE TEMPORADA	FRUITADE TEMPORADA
Suggesteriment de sopar: Espirals del llegum amb carabassí i pastanaga / Fruita	Suggesteriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb pa / Fruita	Suggesteriment de sopar: Arroz amb pebres i mongetes pintes / Fruita	Suggesteriment de sopar: Quínoa amb verdures i fruita seca / Fruita	Suggesteriment de sopar: Ensalada i pizza casera / Fruita
12	13	14	15	16
PURÉ DE VERDURES	PASTA sense gluten A LA NAPOLITANA	FIDEUS DE VERDURES sense gluten	CREMADE VERDURES	ARRÒS DE PEIX
POLLASTRE PANAT CASOLÀ sense gluten	FILET D'INDIOT A LA PLANXA AMB CEBA	LLUÇ AMB PANAT CASOLÀ sense gluten	CUINAT DE PILOTES CASOLANES (magre de porc i babilla de vedella)	TRUITA A LA FRANCESA AMB FORMATGE
ENSALADA VARIADA AMB FORMATGE (iceberg, tomàtiga, pastanaga rallada)	XAMPINYONS SALTATS	ENSALADA VARIADA AMB OLIVES (iceberg, tomàtiga, pastanaga rallada)	VERDURES (ceba, pastanaga, mongetes tendres, pèsols) I PATATA	ENSALADA VARIADA AMB PIPES (iceberg, brots tendres, pastanaga rallada)
FRUITADE TEMPORADA	FRUITADE TEMPORADA	IOGURT	FRUITADE TEMPORADA	FRUITADE TEMPORADA
Suggesteriment de sopar: Sanfaina de verdures amb ou i pa / Fruita	Suggesteriment de sopar: Ensalada i llenguado enfarinat amb patata / Fruita	Suggesteriment de sopar: Bullit de patata i verdures amb ou / Fruita	Suggesteriment de sopar: Quínoa amb verdures i pollastre trossejat / Fruita	Suggesteriment de sopar: Coca de verdures amb sardines / Fruita
19	20	21	22	23
SOPA DE BROU D'AU AMB PASTA sense gluten	CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES	CREMADE XAMPINYONS I LLEGUM (ciurons)	PAELLA DE CARN I VERDURES	ENSALADA CÉSAR (Crostones sense gluten)
HOKI AMB ENFARINAT CASOLÀ sense gluten	LLOM AMB PANAT CASOLÀ sense gluten	FRIT DE POLLASTRE (contracuixa de pollastre)	TRUITADE PATATAI CEBA	PASTA sense gluten AMB SALSA DE TONYINA GRATINADA
PATATA, MONGETES TENDRES I PASTANAGA	ENSALADA VARIADA AMB OLIVES (iceberg, brots tendres, tomàtiga, pastanaga rallada)	VERDURES (ceba, all tendre, pebres) I PATATA	ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, tomàtiga, pastanaga rallada)	(all, ceba, pastanaga, tomàtiga, tonyina, beixamel, formatge)
IOGURT	FRUITADE TEMPORADA	FRUITADE TEMPORADA	FRUITADE TEMPORADA	FRUITADE TEMPORADA
Suggesteriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata / Fruita	Suggesteriment de sopar: Bullit de patata, mongetes tendres, pastanaga i pèsols / Fruita	Suggesteriment de sopar: Puré de verdures i lluç arrebossat amb ensalada / Fruita	Suggesteriment de sopar: Espirals del llegum amb xampinyons al curri / Fruita	Suggesteriment de sopar: Ensalada i quesadilles variades / Fruita
26	27	28	29	
CREMADE CARABASSA	PASTA sense gluten AMB SALSA DE XAMPINYONS	PURÉ DE VERDURES		
ESTOFAT D'INDIOT	ABADEJO AMB PANAT CASOLÀ sense gluten	ESCALOP CASOLÀ DE POLLASTRE sense gluten		
PATATAI VERDURES (ceba, pastanaga, tomàtiga, pèsols)	ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, tomàtiga, pastanaga rallada)	MONGETES TENDRES SALTADAS AMB BACON		
FRUITADE TEMPORADA	IOGURT	FRUITADE TEMPORADA		
Suggesteriment de sopar: Ensalada variada i sardines amb pa / Fruita	Suggesteriment de sopar: Sopa de pasta i truita de carabassí / Fruita	Suggesteriment de sopar: Ensalada amb arròs integral / Fruita		

Festa escolar

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

Pa, Pasta, Farines, Bases de Pizza, Espècies, Llegum, Precuinats, Embotits, Processats de carn: Sense Gluten.