

NO GLUTEN

Llegenda d'al·lèrgens

Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.

B

Gluten

L

Làctics

O

Ou

S

Soja

D

Sulfits

A

Api

W

Mostassa

P

Peix

M

Mol·lusc

C

Crustaci

F

Fruits de closca

K

Cacauet

T

Tramussos

G

Sèsam

Dilluns 6

FESTIU

Dimarts 7. Dia de proteïna vegetal

Macarrons **s/ gluten** a la napolitana

Cigrons **ECO** estofats

Fruita **ECO** de temporada

Dimecres 8

Arròs amb verdures de temporada **ECO**

Pollastre rostit amb all i julivert amb enciam i blat de moro

Fruita **ECO** de temporada

Dijous 9. Menú temàtic

Bròquil **ECO** amb patata (D)

Moqueca de **peix fresc segons mercat (P, M, C)**

Fruita **ECO** de temporada

Divendres 10

Mongetes blanques **ECO** estofades amb verdures **ECO**

Truita de patata i pastanaga **ECO** (O) amb enciam i olives

logurt **ECO** a granel (L)

Dilluns 13. Dia de proteïna vegetal

Crema de porro **ECO**

Fajites **s/gluten amb verdures i hummus ECO**

Fruita **ECO** de temporada

Dimarts 14

Cigrons **ECO** estofats amb verdures

Gallineta amb salsa de tomàquet (P, M, C)

Fruita **ECO** de temporada

Dimecres 15

Paella **ECO** de verdures **ECO**

Ous durs amb tomàquet

amb enciam i pastanaga

Fruita **ECO** de temporada

Dijous 16

Espirals **s/ gluten** al pesto d'espínacs **ECO**

Lluç al forn amb all i julivert (P, M, C)

amb enciam i blat de moro

logurt **ECO** a granel (L)

Divendres 17

Coliflor **ECO** amb patata gratinada (L)

Mandonguilles **ECO** de Can Mabres a la jardineria (D)

amb enciam i olives

Fruita **ECO** de temporada

Dilluns 20

Crema de verdures **ECO**

Macarrons **s/ gluten** amb bolonyesa d'au

Fruita **ECO** de temporada

Dimarts 21

Risotto **ECO** de bolets **ECO** (L)

Truita de porro **ECO** (O) amb enciam i blat de moro

Fruita **ECO** de temporada

Dimecres 22. Dia de proteïna vegetal

Mongeta verda saltejada amb pastanaga **ECO**

Mongetes blanques estofades amb verdures i arròs **ECO**

Fruita **ECO** de temporada

Dijous 23. Sant Jordi!

Sopa de **LLETRES s/ gluten** amb brou d'au i verdura
Fingers de pollastre a la planxa amanida del jardí de Sant Jordi

logurt **ECO** a granel (L)

Divendres 24

Bledes **ECO** amb patata saltejat amb all i pebre vermell

Peix fresc segons mercat (P, M, C)

amb enciam i olives

Fruita **ECO** de temporada

Dilluns 27

FESTIU

Espaguetis **s/ gluten** amb salsa de formatge

Truita de xampinyons **ECO** (O) amb enciam i remolatxa

Fruita **ECO** de temporada

Dimecres 29

Humus de cigrons **ECO** amb llesques de pa **s/ gluten**

Pollastre amb all i julivert amb arròs blanc **ECO**

Fruita **ECO** de temporada

Dijous 30

FESTIU

Divendres 01

FESTIU

