

MENÚ


MAIG

Sense gluten

Yummy!

SETMANAL

Aquests menús s'adaptaran a les possibles intoleràncies i/o al·lèrgies substituint els aliments i/o procés d'elaboració, previ certificat mèdic.
Tota la verdura és de proximitat i de temporada. Tota la carn que es serveix té certificació de garantia HALAL.

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Setmana 1 - 3 Tots els dies del mes es troben entre aquests paràmetres nutricionals: Kcal: 450Kcal – 600Kcal HC: 40% - 64% Prot: 15%-20% Lip: 22%- 35%				Pèsols amb patata Lluç amb guarnició de tomàquet amanit Làctic (4,7)	Fideus a la cassola sense gluten Truita a la francesa amb guarnició de pernil dolç i enciam Fruita de temporada (3,15)
Setmana 6 - 10	Arròs amb xampinyons Bacallà amb samfaina Fruita de temporada (4)	Mongeta verda amb patata Llom adobat amb guarnició d'enciam i olives Fruita de temporada (15)	Pasta sense gluten bonyonesa Lluç amb verdures Fruita de temporada (4,12,15)	Llenties estofades Truita de patata amb guarnició d'enciam i pastanaga Làctic (3,7)	Amanida completa d'arròs: olives, blat de moro, pastanaga i tomàquet Pollastre a l'ast amb patates Fruita de temporada (15)
Setmana 13 - 17	Pasta sense gluten a la carbonara Pollastre amb guarnició de tomàquet amanit Fruita de temporada (3,6,7,15)	Empedrat de mongeta: olives, blat de moro, pastanaga i tomàquet Estofat de gall d'indi Fruita de temporada (15)	Bròquil amb patata gratinat Lluç amb guarnició d'enciam i olives Fruita de temporada (3,4)	Arròs amb tomàquet Truita francesa amb guarnició de formatge i enciam Làctic (3,7)	Brou vegetal amb pasta sense gluten Salsitxes amb salsa de tomàquet Fruita de temporada (7,12,15)
Setmana 20 - 24	Arròs tres delícies Lluç amb guarnició d'enciam i pastanaga Fruita de temporada (4,15)	Mongeta verda amb patata Pollastre rostit amb xampinyons Fruita de temporada (15)	Cigrons saltejats amb pernil Truita de patata i ceba amb guarnició d'enciam i tomàquet Fruita de temporada (3,15)	Pasta sense gluten amb tonyina i formatge gratinat Bacallà amb verdura Làctic (3,4,7)	Amanida completa: enciam, remolatxa, tonyina i blat de moro Vedella amb patata Fruita de temporada (15)
Setmana 27 - 31	Pasta sense gluten napolitana Lluç amb guarnició d'enciam i olives Fruita de temporada (4)	Llenties estofades Hamburguesa de pollastre amb guarnició de tomàquet amanit Fruita de temporada (6,15)	Paella de pollastre i verdures Truita francesa amb guarnició de pernil i enciam Fruita de temporada (3,15)	Amanida completa de pasta sense gluten: olives, blat de moro, pastanaga i tomàquet Cuetes de rap amb verdures Làctic (2,4,7,14)	Verdura tricolor amb patata Vedella amb guarnició de tomàquet i olives Fruita de temporada (15)

AL·LÈRGENS

- (1) Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats (2) Crustacis i productes a base de crustacis (3) Ous i productes a base d'ou (4) Peix i productes a base de peix (5) Cacauets i productes a base de cacauets (6) Soja i productes a base de soja (7) Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa) (8) Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadàmies i productes derivats (9) Api i productes derivats (10) Mostassa i productes derivats (11) Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam (12) Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO2 (13) Tramussos i productes a base de tramussos (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs (15) Carn i derivats càrnics.

