



MENÚ

NOVEMBRE No 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	DIMEGRES	DIJOUS	DIVENDRES
Setmana 1	<p>Tots els dies del mes es troben entre aquests paràmetres nutricionals: Kcal: 450Kcal – 600Kcal HC: 40g - 64g Prot: 15g-20g Lip: 22g- 35g</p>				TOTS SANTS
Setmana 4 – 8		Brou vegetal amb pasta sense gluten Bacallà Fruita de temporada (4)	Mongetes estofades Truita francesa amb enciam, tomàquet i pernil dolç Fruita de temporada (3,12,15)	Arròs tres delícies Llom amb salsa de poma Làctic (7,12,15)	Pasta sense gluten gratinada Pollastre al forn amb xampinyons Fruita de temporada (3,7,15)
Setmana 11 – 15	Arròs amb tomàquet i verdures Rap a la planxa Fruita de temporada (4)	Mongeta tendre amb patates Hamburguesa de vedella amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada (6,12,15)	Brou d'au amb pasta sense gluten Lluç amb enciam i pastanaga Fruita de temporada (4,15)	Cigrons amb salsa bolonyesa Truita de patata i carbassó amb enciam Làctic (3,6,7,12,15)	Pasta sense gluten amb verdures Pollastre rostit Fruita de temporada (15)
Setmana 18 – 22	Brou vegetal amb pasta sense gluten Lluç amb tomàquet amanit Fruita de temporada (4)	Llenties estofades Pernillets de pollastre al forn amb xampinyons Fruita de temporada (15)	Verdura tricolor amb patata Vedella Fruita de temporada (15)	Pasta sense gluten amb formatge Bacallà amb enciam i pastanaga Làctic (4,7)	Paella Truita francesa amb enciam, olives i formatge Fruita de temporada (3,4,14,15)
Setmana 25 – 29	Pasta sense gluten al pesto Lluç amb enciam i pastanaga Fruita de temporada (3,4,7,8)	Brou de peix amb arròs Gall d'indi estofat amb verdures Fruita de temporada (2,4,14,15)	Bròquil amb patata Botifarra amb salsa de tomàquet Fruita de temporada (3,6,7,12,15)	Cigrons estofats Bacallà amb tomàquet amanit Làctic (4,7)	Arròs amb sofregit de tomàquet i ceba Pollastre amb enciam 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.

