

# MENÚ

## DESEMBRE No gluten

# SETMANAL

Yummy!

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 2 – 6	Mongetes estofades Bacallà Fruita de temporada (4)	Brou d'au amb pasta sense gluten Truita francesa amb guarnició d'enciam i pernil dolç Fruita de temporada (3,15)	Pasta sense gluten amb formatge Lluç al forn amb carbasoa fregida Fruita de temporada (4,7)	Mongeta tendre amb patates Llom adobat Làctic (7,15)	
Setmana 9 – 13	Arròs amb tomàquet Bacallà amb enciam i pastanaga Fruita de temporada (4)	Patates estofades amb verdures Pollastre amb salsa barbacoa Fruita de temporada (6,15)	Llenties estofades Truita francesa enciam i tomàquet Fruita de temporada (3,12,15)	Brou vegetal amb pasta sense gluten Hamburguesa de vedella amb ceba caramel·litzada Làctic (6,7,15)	Pasta sense gluten gratinats Lluç amb pistó Fruita de temporada (3,4,7)
Setmana 16 – 20	Verdura tricolor amb patata Bacallà Fruita de temporada (4)	Cigrons amb pernil Truita de patata i carbassó Fruita de temporada (3,15)	Pasta sense gluten amb tomàquet Pollastre rostit amb xampinyons Fruita de temporada (15)	Arròs amb verdures de temporada Rap planxa Làctic (4,7)	Sopa de Nadal amb pasta sense gluten Pollastre Fruita de temporada (15)
Setmana 23 – 27		 <i>Bon Nadal i Bones Festes!</i>			
Setmana 30 – 31	 <b>Bon Nadal i Fel·liç Any Nou</b>	Tots els dies del mes es troben entre aquests paràmetres nutricionals: Kcal: 450Kcal – 600Kcal HC: 40g - 64g Prot: 15g-20g Lip: 22g- 35g			

## 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) Anhidridr sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO<sub>2</sub> (13) Tramussos i productes a base de tramussos (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs (15) Carn i derivats càrnics.