

MENÚ







DESEMBRE

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 - 4		Mongetes blanques estofades Trita de carbassó i ceba amb guarnició d'enciam i olives Fruita de temporada (3,4,15)	Trinxat de la Cerdanya Botifarra amb guarnició de moniato fregit Fruita de temporada (7,12,15)	Fideus a la cassola sense gluten amb verdures Pollastre rostit amb xampinyons Làctic (7,15)	Mongeta tendre amb patata saltejada amb all Rap a la planxa amb guarnició d'enciam Fruita de temporada (4)
Setmana 7 - 11			Macarrons sense gluten amb tonyina gratinats Lluc amb samfaina Fruita de temporada (3,4,7)	Verdura tricolor amb patata Llom adobat amb guarnició d'enciam Làctic (7,15)	Cigrons a la bolonyesa Trita de patata amb guarnició de tomàquet amanit Fruita de temporada (3,7,12,15)
Setmana 14 - 18	Brou vegetal amb fideus sense gluten Rap planxa amb patates panaderes Fruita de temporada (4,9)	Llenties estofades Trita francesa amb guarnició d'enciam i formatge Fruita de temporada (3,7,12,15)	Patates estofades amb verdures Hamburguesa de vedella amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada (6,12,15)	Arròs integral tres delícies Daus de gall dindi especiats saltejats amb xampinyons Làctic (7,12,15)	Espaguetis sense gluten amb formatge Pollastre al forn amb guarnició de tomàquet amanit Fruita de temporada (7,15)
Setmana 21 - 25	Sopa de Nadal amb pasta sense gluten Pollastre rostit Fruita de temporada (9,15)		 <i>Bones festes</i>		
Setmana 28 - 31	Tots els dies del mes es troben entre aquets 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) 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.