

Menú Març - celíacs



<p>INFORMACIÓ AL·LÈRGENS QUE CONTEMPLAM</p> <p>GL GLUTEN LE LLET HU OUS PS PEIX MQ MOL·LUSCS CR CRUSTACIS FR FRUITS SECS CA CACAUET SJ SOJA AP API MO MOSTASSA AZ TRAMÚS SE SÈSAM SU SULFITS</p> <p> SOPARS</p> <p>En dietes per al·lèrgies o intoleràncies alimentàries, el plat i / o les seves condicions d'elaboració es modifiquen perquè el producte final no presenti l'al·lergen o les seves traces.</p> <p><i>Aquest menú ha sigut revisat i supervisat per:</i> Marta Palomo Reixach Assessora Nutricional Dra. En bioquímica Màster en nutrició i salut.</p>	DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOURS 5	DIVENDRES 6	
		<p>Trinxat de la Cerdanya</p> <p>Filet de pollastre a la planxa amb amanida. Fruita Natural</p> <p> sopa de pasta sense gluten i lluç a la planxa</p>	<p>Sopa d'escudella (pasta sense gluten)</p> <p>Carn d'olla i verdures Fruita Natural</p> <p> Crema de verdures i llenguado a la planxa</p>	<p>Crema de coliflor, bròquil i pastanaga amb formatge brie</p> <p>Truita francesa amb tomàquet natural Fruita Natural</p> <p> Pollastre a la planxa amb amanida</p>	<p>Llacets (sense gluten) amb pernil dolç</p> <p>Peix fogoner (bacallà) a la mussolina d'all i amanida Fruita Natural</p> <p> Espinacs a la crema amb ou dur</p>	<p>Amanida amb tomàquet, olives, ceba, tonyina i formatge.</p> <p>Arròs a la cassola amb pollastre i costella logurt</p> <p> Caldo de verdures i broqueta de gall d'indi</p>
		<p>DILLUNS 9</p> <p>Bledes, patates, pastanaga i mongetes verdes bullides</p> <p>Hamburguesa vedella a la planxa amb enciam Fruita Natural</p> <p> filet de llenguadina al forn amb salsa</p>	<p>DIMARTS 10</p> <p>Llenties estofades casolanes amb arròs i verduretes</p> <p>Pollastre a la planxa amb humus de carbassa. Fruita Natural</p> <p> Crema de verdures i truita francesa</p>	<p>DIMECRES 11</p> <p>Fideus (sense gluten) a la cassola amb sípia i pèsols</p> <p>Maire forn amb verdures Fruita Natural</p> <p> Menestra de verdures i pollastre a la planxa</p>	<p>DIJOURS 12</p> <p>Sopa d'all amb ou i crostons de pa</p> <p>Pit de gall d'indi amb amanida Fruita Natural</p> <p> Pèsols saltejats i lluç a la planxa</p>	<p>DIVENDRES 13</p> <p>Cigrons estofats amb bledes i pernil</p> <p>Truita de formatge amb enciam logurt</p> <p> pizza (sense gluten) de verdures</p>
		<p>DILLUNS 16</p> <p>Sopa de rap de l'àvia amb la seva picada</p> <p>Llom a la planxa amb carbassó saltejat. Fruita Natural</p> <p> Lluç al forn amb verduretes</p>	<p>DIMARTS 17</p> <p>Bledes, patates, pastanaga i mongetes verdes bullides</p> <p>Lluç a la planxa amb tomàquet natural Fruita Natural</p> <p> Crema de carbassó i truita d'alls tendres</p>	<p>DIMECRES 18</p> <p>Arròs amb verdures</p> <p>Pollastre al forn amb patates chips i amanida Fruita Natural</p> <p> Calamars a la planxa amb amanida.</p>	<p>DIJOURS 19</p> <p>Amanida amb poma, pipes de carbassa, tomàquet i olives</p> <p>Estofat de mongeta vermella amb picada. Fruita Natural</p> <p> pollastre a la planxa amb moniato al forn.</p>	<p>DIVENDRES 20</p> <p>Macarrons (sense gluten) bolonyesa</p> <p>Truita francesa amb pastanaga iogurt.</p> <p> Pizza (sense gluten) de tonyina</p>

DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
<p>Crema de carbassa amb llavors torrades.</p> <p>-----</p> <p>Bistec de vedella de Girona a la planxa amb xampinyons</p> <p>☾ llenguado a la planxa amb arròs</p>	<p>Cuscús amb verdures</p> <p>-----</p> <p>Seitons arrebossats amb farina de cigrons i pastanaga</p> <p>Fruita Natural</p> <p>☾ Broquetes de gall d'indi i verdures</p>	<p>Caldo de gallina de corral</p> <p>-----</p> <p>Truita francesa amb amanida.</p> <p>Fruita Natural</p> <p>☾ Lluç al forn amb verdures</p>	<p>Arròs amb samfaina</p> <p>-----</p> <p>Filet de lluç a la planxa amb amanida.</p> <p>Fruita Natural</p> <p>☾ Crema de verdures i truita</p>	<p>Llenties amb verdures</p> <p>-----</p> <p>Pollastre a la petitòria amb verdures i daus de patata.</p> <p>logurt</p> <p>☾ torrada(sense gluten) de pernil i formatge</p>
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
<p>Verdura de l'hort, bledes, patata, pastanaga i bròquil</p> <p>-----</p> <p>Pollastre al forn amb pèsols saltejats.</p> <p>Fruita natural</p> <p>☾ Sopa de pasta sense gluten i truita al gust.</p>	<p>Amanida amb tomàquet, olives, ceba, blat de moro formatge i poma.</p> <p>-----</p> <p>Gall d'indi a la planxa amb daus de patata.</p> <p>☾ Crema de verdures i rap a la planxa.</p>			

