

**INFORMACIÓ
AL·LÈRGENS QUE
CONTEMPEM**

- GL GLUTEN
- LE LLET
- HU OUS
- PS PEIX
- MO MOL-LUSCS
- CR CRUSTACIS
- FR FRUITS SECS
- CA CACAUET
- SJ SOJA
- AP API
- MO MOSTASSA
- AZ TRAMIÚS
- SE SÈSAM
- SU SULFITS



SOPARS

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·lèrgen o les seves traces.

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
-Llenties estofades amb verdures i picada. - Peix a la planxa amb remolatxa ratllada -Fruita del temps. Crema de carbassa Filet de lluç a la planxa.	-Amanida amb pastanaga olives ,tomàquet i daus de gall d'indi. - Macarrons bolonyesa gratinats. -Fruita del temps. Verdura saltejada amb all i daus de salmó	- Crema de porro, nap i carbassó amb crostons -Gall d'indi al forn amb salsa. -Fruita del temps. Sopa de pistons i Torrada amb pernil i formatge	- Arròs a la cassola amb peix i marisc. -Pollastre a la planxa amb enciam. -logurt Crema de verdures i rap a la planxa	-Verdura variada del maresme. - Tronc de lluç a la planxa amb salsa de tomàquet i amanida. - Fruita del temps Pizza al gust
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
<div style="background-color: #d3d3d3; padding: 10px; transform: rotate(-15deg); display: inline-block;"> LLIURE DISPOSICIÓ </div>	-Sopa de peix amb arròs. - Aletes de pollastre amb salsa de tomàquet i enciam. - Fruita del temps. Llenguado a la planxa amb carbassó	-Amanida completa. -Estofat de carn magra amb verdures - Fruita del temps. Crema de verdures i torrada amb formatge	-Verdura -Filet de lluç a la planxa i pastanaga -logurt. Llom planxa amb tomàquet natural	-Caldo d'escudella -Carn d'olla i cigrons. -Fruita del temps. Biquini al gust
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
-Amanida tibiana de pasta i verdures. -Calamars a la planxa amb amanida -Fruita del temps. Salsitxes planxa amb salsa tomàquet.	-Timbal de coliflor ,patata i pastanaga. -Bistec de vedella amb tomàquet natural. -Fruita del temps Lluç a la planxa amb espinacs saltejats	- Sèpia estofada amb patata i pèsols. -Mil fulles de tomàquet i formatge. -Fruita del temps Gall d'indi a la planxa amb enciam.	-Arròs amb verdures -Pollastre a la planxa amb pastanaga i olives - logurt Timbal de patates amb tonyina i bacon.	-Cigrons estofats amb verdura i picada. -Peix a la planxa amb amanida. -Fruita del temps. Entrepà calent

DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
- Bullit de verdures del maresme	-Arròs blanc amb tomàquet.	-Espaguetis bolonyesa.	-Llenties amb verdures.	-Minestra de verdures.
-Pollastre al forn amb patates. -Fruita del temps	-Maires de Palamós amb pastanaga. -Fruita del temps.	-Carn magra amb enciam -Fruita del temps.	- Peix a la planxa amb enciam. -logurt	-Pit de pollastre a la planxa amb carbassó -Fruita del temps
Verdura saltejada amb pernil.	Botifarra a la planxa amb amanida	Wok de verdures i peix a la planxa.	Broqueta de gall d'indi amb verdures.	Biquini al gust



SOLUCIÓ:
 MARÇ MARCADOR,
 DE NIT FA FRED
 I DE DIA CALOR

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.

Aquest menú ha sigut revisat i supervisat per: Vanessa Tenedor

Assessora Nutricional , Dietista