

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	TRAMÚS
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 sense gluten bolonyesa gratinats. -Fruita del temps. Verdura saltejada amb all i truita al gust.	- Crema de porro, nap i carbassó -Gall d'indi al forn amb salsa. -Fruita del temps. Caldo de verdures i torrada (pa sense gluten) amb pernil i formatge	- Arròs a la cassola amb peix i marisc. -.Truita de carbassó amb enciam. -logurt Hamburguesa de vedella amb xampinyons	-Verdura variada del maresme. - Tronc de lluç a la planxa amb salsa de tomàquet i amanida. - Fruita del temps Pizza al gust (sense gluten)
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 truita al gust	-Verdura -Filet de lluç arrebossat amb farina de cigrons i pastanaga -logurt. Llom planxa amb tomàquet natural	-Caldo d'escudella -Carn d'olla i cigrons. -Fruita del temps. Entrepà calent (pa sense gluten)
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
-Amanida tibida de pasta (sense gluten) i verdures. -Calamars a la planxa amb maionesa -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. -Ous durs amb salsa de tomàquet. -Fruita del temps. Pizza al gust (sense gluten)

Menú Març 2021 - Celíacs

DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
- Bullit de verdures del maresme	-Arròs blanc amb tomàquet.	-Espaguetis (sense gluten) bolonyesa.	-Llenties amb verdures.	-Amanida "Rusa"
-Pollastre al forn amb patates. -Fruita del temps	-Maires de Palamós arrebossades amb farina de cigrons i pastanaga. -Fruita del temps.	-Carn magra amb enciam -Fruita del temps.	- Truita de calçots 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 truita al gust.	Broqueta de gall d'indi amb verdures.	Entrepà calent sense gluten) (pa

MARÇ

MARCADOR,
 DE FA FRED
 I DE CALOR.



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