

MENÚ SENSE GLUTEN JUNY 2022

		Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				1	2	3
1a Setmana	Primer			Llenties amb pastanaga i ceba	Amanida de patata, tomàquet i ceba	FESTIU
	Segon			Pit de gall d'indi a la planxa	Truita de carbassó	
	Guarnició			Enciam, blat de moro i olives	Enciam, cogombre i ceba	
	Postres			logurt natural o Fruita de temporada	Fruita de temporada	
		6	7	8	9	10
2a Setmana	Primer	FESTIU	Arròs melós de verdures	Menestra de verdures amb patates	Espaguetis sense gluten amb salsa de tomàquet	Cigrons saltejats espinacs i patates
	Segon		Truita de pernil dolc	Llom de porc sense gluten a la planxa	Seitó arrebossat (sense gluten) amb tires de carbassó	Gall d'indi a la planxa amb salsa de tomàquet
	Guarnició		Enciam, pastanaga i olives	Tomàquet i olives	Enciam, blat de moro i olives	Enciam, cogombre i ceba
	Postres		Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural o Fruita de temporada
		13	14	15	16	17
3a Setmana	Primer	Amanida de llacets amb tomàquet chèrry i olives	Crema de carbassa i patata	Arròs a la cassola amb verdures	Mongetes blanques saltejades amb sofregit de ceba i tomàquet	Trinxat de la Cerdanya (col i patata)
	Segon	Peix al forn	Cuixes de pollastre al forn amb salsa de ceba	Truita de carbassó i ceba	Llom de porc sense gluten a la planxa	Fricandó de vedella sense gluten amb salsa de xampinyons
	Guarnició	Enciam, blat de moro i tomàquet	Enciam, cogombre i olives	Enciam i blat de moro	Tomàquet i olives	Enciam i pastanaga ratllada
	Postres	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural o fruita de temporada	Fruita de temporada
		20	21	22	23	24
4a Setmana	Primer	Arròs amb pèsols i truita	Empedrat de cigrons (tomàquet, ceba, pebrot vermell i verd)	Crema de pastanaga i patates		
	Segon	Tacs de gall d'indi a la planxa amb pastanaga	Truita de carbassó	Salsitxes de porc (sense gluten) amb salsa de tomàquet		
	Guarnició	Enciam, pastanaga i olives	Enciam, cogombre i olives	Enciam i blat de moro		
	Postres	Fruita de temporada	logurt natural o fruita de temporada	Fruita de la temporada		

*Aquest menú està elaborat per una nutricionista col·legiada i compta amb sal iodada, peix fresc i ecològic, fruita i verdura fresca de Casa Ametller i arròs de km0.

*Els dimarts i dijous hi ha pa integral.

*El menjador es reserva el dret a canviar el menú en cas de necessitat per reduir el malbarataments dels aliments