

MENÚ SENSE GLUTEN NI LACTOSA

Novembre 2024



Tots els productes, excepte el peix, són de producció ecològica i sempre que es pot de proximitat.

Utilitzem oli d'oliva verge extra per a cuinar i amanir.

Neus Goyeneche · Dietista-Nutricionista · Col. IB00088

Dilluns 28	Dimarts 29	Dimecres 30	Dijous 31	Divendres 1

LLEGENDA D'AL·LERGÒGENS

(1) Gluten (2) Crustacis (3) Ou (4) Peix (5) Cacauets (6) Soia (7) Llet (8) Fruita seca de pela (9) Api (10) Mostassa (11) Sèsam (12) Sulfits (13) Tramussos (14) Mol·luscos

MENÚ SENSE GLUTEN NI LACTOSA

Novembre 2024



Tots els productes, excepte el peix, són de producció ecològica i sempre que es pot de proximitat.

Utilitzem oli d'oliva verge extra per a cuinar i amanir.

Neus Goyeneche · Dietista-Nutricionista · Col. IB00088

Dilluns 4	1	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
		PASTA BOLONYESA	CREMA DE CARBASSA	AMANIDA DE PASTA AMB TONYINA	PIZZA
				(3,4,10)	
		PEIX FRESC DEL DIA AMB AMANIDA DE COL I PASTANAGA	ARRÒS NEGRE	ESTOFAT DE VEDELLA	TIME
		(4)	(2,4,14)	(6)	
		FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
		Amanida amb pernil dolç	Boquerons fregits amb quinoa	Pizza vegetal i tonyina	Croquetes de cigrons amb verdures

LLEGENDA D'AL·LERGÒGENS

(1) Gluten (2) Crustacis (3) Ou (4) Peix (5) Cacauets (6) Soia (7) Llet (8) Fruita seca de pela (9) Api (10) Mostassa (11) Sèsam (12) Sulfits (13) Tramussos (14) Mol·luscos

MENÚ SENSE GLUTEN NI LACTOSA

Novembre 2024



Tots els productes, excepte el peix, són de producció ecològica i sempre que es pot de proximitat.

Utilitzem oli d'oliva verge extra per a cuinar i amanir.

Neus Goyeneche · Dietista-Nutricionista · Col. IB00088

Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
CREMA D'ESPINACS	MONGETES BLANQUES AMB CLOÏSSES	CUSCÚS VEGETAL	ARRÒS BRUT	PASTA AMB XORIÇO I TOMÀTIGA
	(14)	(11)		
PORC EN SALSÀ CAÇADORA AMB PATATA DELUXE	POLLASTRE AL CURRI AMB ARRÒS VAPORITZAT	SALMÓ AMB MEL I TARONJA AMB ESCALIVADA	TRUITA DE BLEDES I ALLS TENDRES AMB CANONGES	PEIX A LA PLANXA AMB CARBASSA AL FORN
		(4)	(3)	(4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Amanida i risotto de quinoa amb verdures i bolets	Amanida variada i truita de patata, ceba i julivert	Pollastre planxa amb brocoli bullit	Coques mexicanes amb verdures saltejades	Amanida variada i croquetes de ciurons amb tomàtiga

LLEGENDA D'AL·LERGÒGENS

(1) Gluten (2) Crustacis (3) Ou (4) Peix (5) Cacauets (6) Soia (7) Llet (8) Fruita seca de pela (9) Api (10) Mostassa (11) Sèsam (12) Sulfits (13) Tramussos (14) Mol·luscos

MENÚ SENSE GLUTEN NI LACTOSA

Novembre 2024



Tots els productes, excepte el peix, són de producció ecològica i sempre que es pot de proximitat.

Utilitzem oli d'oliva verge extra per a cuinar i amanir.

Neus Goyeneche · Dietista-Nutricionista · Col. IB00088

Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22
SOPA DE BROU AMB OU	PÈSOLS SALTATS AMB PERNIL	CREMA DE PORROS I COLIFLOR	AMANIDA ALEMANYA DE PATATA	AMANIDA WALDORF
(3)				(8,9,10)
BOLLIT DE CARN I VERDURES	LLUÇ EN Salsa AMB PATATA AL FORN	OUS REMENATS AMB XAMPINYONS	SÍPIA A LA MALLORQUINA AMB ARRÒS AROMATITZAT	LASANYA BOLONYESA
	(4)	(3)	(14)	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Truita francesa amb mongetes saltades	Llom planxa amb patata bullida	Pizza casolana variada	Espirals de llegum amb verdures al curri	Costelles de xai amb puré de patata

LLEGENDA D'AL·LERGÒGENS

(1) Gluten (2) Crustacis (3) Ou (4) Peix (5) Cacauets (6) Soia (7) Llet (8) Fruita seca de pela (9) Api (10) Mostassa (11) Sèsam (12) Sulfits (13) Tramussos (14) Mol·luscos

MENÚ SENSE GLUTEN NI LACTOSA

Novembre 2024



Tots els productes, excepte el peix, són de producció ecològica i sempre que es pot de proximitat.

Utilitzem oli d'oliva verge extra per a cuinar i amanir.

Neus Goyeneche · Dietista-Nutricionista · Col. IB00088

Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27	Dijous 28	Divendres 29
PASTA AMB SALSÀ DE PESTO	CREMA DE BOLETS	CIURONS "ESCALDINS"	PASTA ALFREDO AMB POLLASTRE	CORNER SALAD
(8)				
GALL DE SANT PERE A LA MEUNIÈRE AMB AMANIDA DE BROTS TENDRES	POLLASTRE AL ROMANÍ i LLIMONA AMB PURÉ DE PATATA	TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA DE TOMÀTIGA	BACALLÀ A LA PORTUGUESA AMB VERDURES SALTADES	HAMBURGUESA AMB MONIATO AL FORN
(4)		(3)	(4)	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Tabulé amb vegetals i fruita seca	Lluç al vapor amb pebrots rostits	Burger de vedella amb patata bullida	Vedella saltada amb coliflor	Minestrone amb peix

LLEGENDA D'AL·LERGÒGENS

(1) Gluten (2) Crustacis (3) Ou (4) Peix (5) Cacauets (6) Soia (7) Llet (8) Fruita seca de pela (9) Api (10) Mostassa (11) Sèsam (12) Sulfits (13) Tramussos (14) Mol·luscos