

SENSE GLUTEN (O.G.)

Juny

DEL 2 AL 6 DE JUNY

DEL 9 AL 13 DE JUNY

DEL 16 AL 20 DE JUNY

DEL 23 AL 27 DE JUNY

DILLUNS

ARRÒS **ECO** AMB TOMÀQUET

TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i cogombre

Fruita del temps

CREMA DE PASTANAGA (pastanaga **ECO**, porro, patata)

TRUITA DE PATATA amb enciam i pastanaga **ECO** ratllada

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES

TRUITA DE FORMATGE amb tomàquet amanit i olives

Fruita del temps

FESTIU

DIMARTS

MONGETA TENDRA AMB PATATA **ECO**

FRICANDÓ DE VEDELLA (**S/GLUTEN**) amb xampinyons

Fruita del temps

CIGRONS **ECO** ESTOFATS AMB VERDURES

POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ (**S/GLUTEN**) amb tomàquet amanit i olives

Fruita del temps

TRICOLOR DE VERDURES (mongeta tendra, pastanaga **ECO** i patata **ECO**)

*PEIX BLANC AMB JULIVERT AL FORN amb arròs

Fruita del temps

FESTIU

DIMECRES

CIGRONS **ECO** ESTOFATS AMB VERDURES

CROQUETES DE POLLASTRE **S/GLUTEN** amb tomàquet i blat de moro

Fruita del temps

SOPA DE BROU D'AU AMB **PASTA (S/GLUTEN)**

*PEIX BLANC A LA MARINERA (**S/GLUTEN**)

Fruita del temps

ARRÒS **ECO** 3 COLORS (Pèsols, pastanaga **ECO**, blat de moro)

GALL DINDI ROSTIT amb salsa de carbassó i porros

Fruita del temps

ARRÒS **ECO** AMB TOMÀQUET

TRUITA A LA FRANCESA amb enciam i pastanaga **ECO**

Fruita del temps

DIJOUS

PASTA (S/GLUTEN) A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE

*PEIX BLANC AL FORN amb salsa verda i guarnició d'amanioda

logurt natural sense sucre

ARRÒS **ECO** AMB VERDURES (ceba, tomàquet, pastanaga **ECO**, carbassó, pèsols)

GALL DINDI A LA LLIMONA amb enciam i blat de moro

logurt natural sense sucre

CREMA DE PÈSOLS I CARBASSÓ (pèsols, carbassó, nap, porro, patata)

CROQUETES DE POLLASTRE **S/GLUTEN** amb enciam i pastanaga **ECO**

logurt natural sense sucre

CIGRONS **ECO** ESTOFATS AMB VERDURES

POLLASTRE AL FORN amb tomàquet i olives

logurt natural sense sucre

DIVENDRES

CREMA DE MONGETES BLANQUES **ECO** I VERDURES

CUIXES DE POLLASTRE AL FORN amb patata **ECO** al caliu

Fruita del temps

BRÒQUIL AMB PATATA **ECO**

*SALSITXES DE PORC / LLOM AL FORN amb salsa de tomàquet i ceba

Fruita del temps

PLAT ÚNIC COMPLET **PASTA (S/GLUTEN)** AMB BOLONYESA DE POLLASTRE I FORMATGE (sofregit de tomàquet, ceba i pollastre) amb amanida

Fruita del temps

COLIFLOR AMB PATATA **ECO**

*PEIX BLANC AL FORN AMB SAMFAINA

Fruita del temps

Sabies què podem fer gelats saludables casolans?



Es comprovarà que cap ingredient conté: **GLUTEN** ni derivats



Les fruites són de temporada i proximitat: Nespres, albercocs, poma **ECO** síndria, meló **ECO**, maduixes, pera **ECO**, plàtan **ECO**.

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, patata **ECO**, porro, ceba, alls, col, espàrrecs, pastanaga **ECO**, enciam, rave, remolatxa.

Els aliments **ECOLÒGICS** que utilitzem en els nostres menús són: 100% les llegums, l'arròs i la pasta.

Es servirà **pa SENSE GLUTEN**

S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir. Els dijous es serveix **iogurt natural sense sucre**.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat..

*Els peixos a servir són: abadejo, bacallà, seitons, fogonero, gallineta, llimanda, maires, lluç, rap, sardina.



Teno

Cuina i lleure de proximitat