

SENSE GLUTEN

menú

DESEMBRE/GENER/FEBRER

ESCOLA: JOAN BRUGUERA

DILLUNS 4 DES/8 GENER

Verdura tipus minestra amb un raig d'oli d'oliva
Bunyols de peix sense gluten fets a l'escola amb enciam i blat de moro

Fruita de Temporada

DIMARTS 5 DES/9 GENER

Arròs amb tomata
Truita de carbassó amb enciam i olives

logurt ECO

DIMECRES 10 GENER

Crema de carbassa
Estofat de vedella ECO amb patata, pèsol i pastanaga

Fruita de temporada

DIJOUS 11 GENER

Fesolets i patata bullits amb un raig d'oli d'oliva
Filet d'halibut al forn amb salsa fina de porro i pastanaga

Fruita de temporada

DIVENDRES 12 GENER

Amanida variada (enciam ECO, pastanaga, tomata, olives i poma)
Fideuà sense gluten amb sofregit casolà i sèpia

Fruita de temporada

DILLUNS 11 DES/15 GEN

Des → Espaguetis sense gluten amb salsa de formatge
Des → Espaguetis sense gluten carbonara
Croquetes de carn fetes a l'escola sense gluten amb enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

DIMARTS 12 DES/16 GEN

Patata, bròcoli i pastanaga bullida amb un raig d'oli d'oliva
Pollastre al forn a les fines herbes

Fruita de temporada

DIMECRES 13 DES/17 GEN

Escudella feta a l'escola amb fideus sense gluten
Caella al forn amb daus de patata i carbassó

logurt ECO

DIJOUS 14 DES/18 GEN

Des → Cigrons ECO amb patata bullida i un raig d'oli d'oliva
Gen → Cigrons ECO saltejats amb ceba, all i julivert
Ou dur a/tomata i gratinats al forn

Fruita de temporada

DIVENDRES 15 DES/19 GEN

Arròs tres delícies
Des → Hamburguesa de vedella a la planxa
Gen → Llom a la taronja amb enciam i blat de moro

Fruita de temporada

DILLUNS 18 DES/22 GEN

Arròs amb tomata
Croquetes fetes a l'escola sense gluten amb pastanaga ratllada i blat de moro

Fruita de temporada

DIMARTS 19 DES/23 GEN

Patata, mongeta i pastanaga bullida amb un raig d'oli d'oliva
Lluç al forn amb all i julivert amb enciam i pastanaga ratllada

Fruita de temporada

DIMECRES 20 DES/24 GEN

Amanida complerta
Des → Canelons sense gluten gratinats al forn
Gen → Botifarra al forn amb patates

Des → Turró sense gluten
Gen → Plàtan topping xocolata

DIJOUS 25 GENER

Llenties ECO guisades amb verdures i costelló
Truita de patates amb tomata amanida i olives

Fruita de temporada

DIVENDRES 26 GENER

Espirals sense gluten amb salsa de tomata, ceba i albergínia
Pollastre arrebossat sense gluten amb enciam i pastanaga ratllada

logurt ECO

DILLUNS 29 GENER

Amanida complerta (enciam, tomata, olives, blat de moro, pastanaga i pipes)
Macarrons sense gluten amb sofregit casolà i carn ECO de vedella

Fruita de temporada

DIMARTS 30 GENER

Crema de carbassó
Bacallà al forn amb enciam i pastanaga ratllada

logurt ECO

DIMECRES 31 GENER

Estofat de pèsols, patata i xampinyons
Pollastre al forn amb salsa fina de ceba, all i pastanaga

Fruita de temporada

DIJOUS 1 FEBRER

Escudella feta a l'escola amb pasta sense gluten
Llom arrebossat sense gluten amb llesques de moniato al forn

Fruita de temporada

DIVENDRES 2 FEBRER

Mongeta blanca ECO amb patata bullida i un raig d'oli d'oliva
Truita francesa amb tomata amanida i blat de moro

Fruita de temporada