



# MENÚ NOVEMBRE 2022

ESPECIAL AL·LÈRGIA GLUTEN


Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1 de novembre		2 de novembre		3 de novembre		4 de novembre			
		BRÒQUIL AMB PATATES <i>bròquil i patata</i>		AMANIDA DE FRUITS SECS <i>enciam, tomàquet xerri, crostons de pa, pipes de girasol i nous</i>		ARRÒS CALDOS AMB VERDURETES <i>arròs, carabassó, ceba, all, pebrot vermell, pebrot verd i pastanaga</i>			
		CROQUETES DE PERNIL AMB AMANIDA VARIADA <i>croquetes de pernil sense gluten, enciam, tomàquet xerri, pastanaga i olives</i>		CIGRONS ESTOFATS <i>cigró pedrosillano, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet triturat, pastanaga i brou de verdúres</i>		LLUÇ AL FORN AMB PÈSOLS SALTEJATS AMB GAMBES <i>lluç, gambes, pèsols, ceba i all</i>			
		IOGURT NATURAL		PLÀTAN		MANDARINA			
7 de novembre		8 de novembre		9 de novembre		10 de novembre		11 de novembre	
MACARRONS INTEGRALS AMB TOMÀQUET <i>pasta seca sense gluten, tomàquet triturat, ceba, all</i>		CREMA DE PASTANAGA <i>pastanaga natural, ceba, porro, all i patata</i>		NACHOS AMB GUACAMOLE <i>avocat, ceba, tomàquet natural, llimona, oli d'oliva verge, sal i triangles de blat de moro</i>		LLENTIES ESTOFADES <i>lenties, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet triturat, pastanaga i brou de verdúres</i>		MONGETA SECA AMB ALL I JULIVERT <i>mongeta verda, all, julivert i oli d'oliva verge</i>	
HAMBURGUESA VEGETAL DE SEITAN I PASTANAGA AMB COGOMBRE I OLIVES NFGRES <i>hamburguesa vegetal, cogombre i olives negres</i>		CALAMARS AMB SALSINA I VARIAT D'ENCIAMS <i>calamarsets, ceba, porro, all, pastanaga, tomàquet triturat, brou de verdúres, enciam romà i enciam trocadero</i>		ARRÒS AMB QUINOIA I SALSINA DE TOMÀQUET <i>arròs, tomàquet triturat, ceba, all, pastanaga, carabassó i quinoa</i>		ALETES DE POLLASTRE AMB TOMÀQUET XERRI I OLIVES <i>pollastre, olives i tomàquet xerri</i>		TRUITA DE PATATA AMB PASTANAGA RATLLADA <i>ou líquid pasteuritzat, patata i pastanaga</i>	
POMA		IOGURT NATURAL		PLÀTAN		MANDARINA		PERA	
14 de novembre		15 de novembre		16 de novembre		17 de novembre		18 de novembre	
CREMA DE LLENTIA VERMELLA I VERDURES <i>lletia vermella pelada, ceba, all, porro, pastanaga, carabassó, carabassa i brou de verdúres</i>		SOPA DE VERDURES AMB ARROS INTEGRALS <i>api, porro, nap, xirivia, col, pastanaga, patata i arròs integral</i>		AMANIDA VERDA <i>variats d'enciams, cogombre, tomàquet, ceba i olives</i>		MONGETA VERDA AMB PATATA <i>mongeta verda i patata</i>		AMANIDA DE PASTA <i>margarites sense gluten, olives, tomàquet i blat de moro</i>	
SALMÓ AL FORN AMB VERDURES I POMES <i>salmó, carabassó, porro, ceba i poma</i>		REMENAT D'OU AMB AMANIDA DE TOMÀQUET <i>ou líquid pasteuritzat, tomàquet, cogombre i olives</i>		CIGRONS ESTOFADES <i>cigró pedrosillano, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet triturat, pastanaga i brou de verdúres</i>		PIT DE GALL DINDI AMB SALSINA DE FORMATGE <i>gall dindi, mescla de formatges i nata líquida</i>		VEDELLA A LA JARDINERA AMB PÈSOLS I BOLETES <i>carn de vedella, ceba, all, porro, pastanaga, tomàquet triturat, xampinyons i pèsols</i>	
IOGURT AMB NOUS		PLÀTAN		MANDARINA		POMA		KIWI	
21 de novembre		22 de novembre		23 de novembre		24 de novembre		25 de novembre	
CREMA DE CARABASSA <i>carabassa, ceba, porro, patata i brou de verdúres</i>		AMANIDA DE L'HORT <i>enciam romà, tomàquet, cogombre, pastanaga, blat de moro i olives</i>		MONGETA VERDA SALTEJADA AMB ALL <i>mongeta verda, all, julivert i oli d'oliva verge</i>		AMANIDA CAPRESE <i>tomàquet natural, mozzarella, alfàbrega i olives</i>		<b>MENÚ MARESME</b> AMANIDA CATALANA <i>enciam, tomàquet, pernil dolç, formatge semi i llonganissa</i>	
TRUITA DE VERDURES AMB COGOMBRE I PASTANAGA RATLLADA <i>ou pasteuritzat, carabassó, pebrot verd, pebrot vermell, ceba i pastanaga</i>		CIGRONS AMB BACALLÀ <i>cigró pedrosillano, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet triturat, pastanaga, brou de verdúres i bacallà</i>		ESPAGUETIS AMB BOLONYESA VEGETAL <i>all, ceba, pastanaga, tomàquet, preparat de proteïna vegetal i pasta seca sense gluten</i>		ESTOFAT DE MONGETA BLANCA <i>mongeta blanca, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet natural i pastanaga</i>		ARRÒS DEL MARESME <i>arròs del maresme, pollastre, sipia, gambes, pebrot vermell, pebrot verd, ceba, all i fumet de peix</i>	
IOGURT NATURAL		PLÀTAN		POMA		PERA		FRUITA DE TEMPORADA DEL MARESME	
28 de novembre		29 de novembre		30 de novembre		<b>Menú vegà</b>  Producte ecològic i de proximitat   Producte Integral 		<b>Dia especial Joan Miró</b>  MARESME 	
LLENTIES AMB ARRÒS <i>lletia castellana, arròs integral, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet natural i pastanaga</i>		COLIFLOR AMB PATATA <i>coliflor i patata</i>		HUMMUS DE CIGRONS AMB BASTONETS DE PA <i>cigrons, all, llimona, oli d'oliva, tahina i pa sense gluten</i>					
LLUÇ A LA MARINERA <i>lluç, all, ceba, porro, pebrot vermell, pebrot verd, julivert, sipia, gambes, pèsols i tomàquet triturat</i>		TRUITA FRANCESA AMB PA D'ALL I PASTANAGA RATLLADA <i>ou líquid pasteuritzat, all, pa sense gluten, enciam i pastanaga ratllada</i>		SALSITXES DE PORC AMB SAMFAINA <i>carn de porc, ceba, all, pebrot verd, pebrot vermell, albergínia, carabassó i tomàquet triturat</i>					
IOGURT NATURAL		PERA		PLÀTAN					