



# MENÚ FEBRER 2023

ESPECIAL AL·LÈRGIA LLET I DERIVATS

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
		1 de febrer	2 de febrer	3 de febrer
		NACHOS AMB GUACAMOLE alvocat, ceba, tomàquet natural, llimona, oli d'oliva verge, sal i triangles de blat de moro	SOPA DE FIDEUS api, porro, nap, xiribia, col, pastanaga, patata i pasta seca integral	LLENTIES ESTOFADES lletia pardina, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet natural i pastanaga
		CIGRONS ESTOFATS cigrons pedrosillano, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomaquet natural i pastanaga	TRUITA DE PATATES AMB TOMÀQUET AMANIT ou pasteuritzat, patata i tomàquet amanit	POLLASTRE ROSTITA LA CATALANA pollastre, all, ceba, tomàquet, prunes, canyella i pinyons
		PLÀTAN	TARONJA	PERA
6 de febrer	7 de febrer	8 de febrer	9 de febrer	10 de febrer
HUMMUS DE CIGRONS AMB PA INTEGRAL cigrons, all, llimona, oli d'oliva, tahina i pa integral	SOPA D'ARRÒS AMB VERDURES arròs integral, ceba, all, porro, tomàquet triturat, pebrot vermell i carabassó	CREMA DE XAMPINYONS xampinyons, ceba, porro, patata, carabassó i pastanaga	AMANIDA DE TOMÀQUET coqombre, olives i pastanaga	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES lletia pardina, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet natural i pastanaga
ESTOFAT DE SÈPIA I PÈSOLS AMB PATATA sipia, patata, ceba, porro, pebrot vermell, all, tomàquet triturat i pèsols	GALL DINDI A LA PLANXA AMB CARXOFES SALTEJADES pit de gall dindi i carxofes	REMENAT D'OU AMB ESPÀRRECS ou líquid pasteuritzat i espàrrecs	FIDEUÀ VEGETAL fideus, pastanaga, porro, ceba, all, tomàquet natural i pebrot vermell	HAMBURGUESA VEGETAL DE SEITAN I CARBASSA AMB COGOMBRE I OLIVES NEGRES preparat de seitan i carabassa, cogombre i olives negres
IOGURT SENSE LACTOSA AMB NOUS	TARONJA	POMA	KIWI	PLÀTAN
13 de febrer	14 de febrer	15 de febrer	16 de febrer	17 de febrer
ESPIRALS AL PESTO ROSSO pasta seca integral, tomàquet triturat, ceba, all i alfàbrega fresca	AMANIDA DE L'HORT enciam romà, tomàquet, coqombre, pastanaga, blat de moro i olives	CREMA DE PÈSOLS pèsols, porro, ceba, all i patata	BRÒQUIL AMB PATATA bròquil i patata	<b>MENÚ CARNESTOLTES</b> SOPA DE MANI (Àfrica occidental) mantega de cacauet, brou de verdures, ceba, llet de coco i lleties
LLUÇ AL FORN filet de lluç, patata, ceba dolça, all i tomàquet natural	CIGRONS ESTOFATS cigró pedrosillano, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomaquet natural i pastanaga	ESCALOPA DE LLOM AMB ENCIAM carn de porc, ou líquid pasteuritzat, pa ratllat i variat d'enciams	TRUITA DE MONGETES SEQUES AMB ALL I JULIVERT I AMANIDA ou líquid pasteuritzat, mongeta seca, enciam, ceba dolça i blat de moro	PUTJIEKOS (Sud-àfrica) carn de porc, carn de vedella, pollastre, pastanaga, porro, ceba, all, pebrot vermell, tomàquet i patata
IOGURT SENSE LACTOSA	PERA	TARONJA	POMA	PLÀTAN
20 de febrer	21 de febrer	22 de febrer	23 de febrer	24 de febrer
	MONGETA BLANCA SALTEJADA AMB ALL I JULIVERT mongeta blanca, all, julivert i oli d'oliva verge	SOPA DE VERDURES AMB ESTRELLES api, porro, nap, xiribia, col, pastanaga, patata i pasta seca integral	ARRÒS AMB TOMÀQUET arròs i tomàquet triturat	<b>MENÚ GALLEC</b> EMSPANADA GALLEGA AMB TONYINA masa d'empanada, pebrot vermell, pebrot verd, ceba, tomàquet i tonyina
	BACALLÀ AMB SOFREGIT DE VERDURES I XIPS DE VERDURES llom de bacallà, pebrot vermell, ceba dolça, porro, all i xips de verdura	WOK DE GALL DINDI AMB VERDURES gall dindi, ceba, pebrot verd, pebrot vermell, pastanaga, gingebre, all, oli de sèsam i soja	TRUITA D'ALBERGÍNIA I CARABASSÓ AMB ENCIAM ou líquid pasteuritzat, albergínia, carabassó i enciam	POTE GALLEC col, verds de col, xoriço, patata i mongeta
	IOGURT SENSE LACTOSA	PLÀTAN	POMA	BROWNIE SENSE LACTOSA
27 de febrer	28 de febrer	<b>CARNESTOLTES</b>		<b>Dia especial Joan Miró</b>
AMANIDA DE TOMÀQUET tomàquet, blat de moro, coqombre i olives	VICHYSOISSE porro, ceba, patata i brou de verdures	<p>Producte ecològic i de proximitat</p> <p>km.0  ECO </p> <p>Producte Integral</p> <p>fit al costat de casa</p>		<p><b>GALÍCIA</b></p>
ARRÒS AMB POLLASTRE ceba, all, porro, pebrot vermell, brou de verdures, arròs integral i pollastre	SUQUET DE PEIX patata, all, tomàquet triturat, julivert, ceba, pastanaga, rape, lluç, gambes i sèpia			
IOGURT SENSE LACTOSA	PLÀTAN			
		MENÚ VEGÀ		