



# MENÚ GENER 2023

ESPECIAL AL·LÈRGIA GLUTEN

Dilluns	Dimarts	Dimercres	Dijous	Divendres
9 de gener	10 de gener	11 de gener	12 de gener	13 de gener
<b>BRÒQUIL I PATATA</b>	<b>CREMA DE CARABASSÓ</b>	<b>SOPA D'ARRÒS AMB VERDURES</b>	<b>HUMMUS DE CIGRONS AMB PA INTEGRAL</b>	<b>AMANIDA DE FRUITS SECS</b>
<i>bròquil i patata</i>	<i>carabassó, ceba, porro, patata, i brou de verdúres</i>	<i>arròs integral, carabassó, ceba, all, pebrot vermell, pebrot verd i pastanaga</i>	<i>cigrons, all, llimona, oli d'oliva, tahina i pa sense gluten</i>	<i>enciam, tomàquet xerri, pipes de girasol i nous</i>
<b>CALAMARS A L'ANDALUSA AMB AMANIDA D'ENCIAMS I PASTANAGA RATLLADA</b>	<b>ESPAGUETTIS AMB SALSAS DE TOMÀQUET I OLIVES NEGRES</b>	<b>REMANET D'OU AMB AMANIDA DE TOMÀQUET XERRI</b>	<b>CUIXETES DE POLLASTRE AL FORN AMB EDAMMAE</b>	<b>LLENTIES ESTOFADES AMB XORRIÇO D'HEURA</b>
<i>calamars arrebossats amb farina de cigró, variat d'enciams i pastanaga</i>	<i>pasta seca sense gluten, tomàquet, olives negres i alfàbrega</i>	<i>ou líquid pasteuritzat, tomàquet, cogombre i olives</i>	<i>pollastre, oli de sèsam, salsa de soja i edamame</i>	<i>llentia pardina, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet natural, pastanaga i xorriço d'heura</i>
<b>IOGURT NATURAL</b>	<b>PLÀTAN</b>	<b>PERA</b>	<b>TARONJA</b>	<b>POMA</b>
16 de gener	17 de gener	18 de gener	19 de gener	20 de gener
<b>ARRÒS AMB TOMÀQUET</b>	<b>ESPIRALS DE LLEGUM AMB PESTO</b>	<b>CREMA DE PASTANAGA</b>	<b>AMANIDA DE L'HORT</b>	<b>SOPA DE VERDURES AMB FIDEUS</b>
<i>arròs i tomàquet triturat</i>	<i>pasta de llegum, salsa pesto i formatge edam</i>	<i>pastanaga natural, ceba, porro, all i patata</i>	<i>enciam romà, tomàquet, cogombre, pastanaga, blat de moro i olives</i>	<i>api, porro, nap, xirivía, col, pastanaga, patata i pasta seca sense gluten</i>
<b>LLUÇ AMB SALSAS VERDES I PÈSOLS</b>	<b>TRUITA DE PERNIL DOLÇ I FORMATGE AMB RODANXES DE COGOMBRE</b>	<b>HAMBURGUESA DE LLEGUMS I VERDURES AMB VARIAT D'ENCIAMS</b>	<b>ESTOFAT DE MONGETA BLANCA</b>	<b>GALL DINDI AMB SALSAS DE LLIMONA I BASTONETS D'HORTALISSES</b>
<i>lluç, ceba, porro, all, pèsols i julivert</i>	<i>ou líquid pasteuritzat, pernil dolç, formatge i cogombre</i>	<i>preparat de llegum i verdura i variat d'enciam</i>	<i>mongeta blanca, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet natural i pastanaga</i>	<i>gall dindi, ceba, porro, all, llimona, brou de verdúres, pastanaga, api i cogombre</i>
<b>IOGURT NATURAL</b>	<b>PERA</b>	<b>PLÀTAN</b>	<b>POMA</b>	<b>KIWI</b>
23 de gener	24 de gener	25 de gener	26 de gener	27 de gener
<b>MONGETA VERDA AMB PATATA</b>	<b>NACHOS AMB GUACAMOLE</b>	<b>CREMA DE LLENTIA VERMELLA I VERDURES</b>	<b>AMANIDA CAPRESE</b>	<b>MENÚ BASC</b>
<i>mongeta verda i patata</i>	<i>alvocat, ceba, tomàquet natural, llimona, oli d'oliva verge, sal i triangles de blat de moro</i>	<i>llentia vermella pelada, ceba, all, porro, pastanaga, carabassó, carabassa i brou de verdúres</i>	<i>tomàquet natural, mozzarella, alfàbrega i olives</i>	<i>mongeta escalfa, ceba, all, tomàquet natural i olives</i>
<b>BACALLA AMB SAMFAINA</b>	<b>MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL</b>	<b>TRUITA DE VERDURES AMB PASTANAGA RATLLADA</b>	<b>ALETES DE POLLASTRE AMB PÈSOLS SALTEIATS</b>	<b>MARMITAKO DE SEPIA</b>
<i>bacallà, tomàquet triturat, ceba, all, pebrot verd, pebrot vermell, carabassó i albergínia</i>	<i>all, ceba, pastanaga, tomàquet, preparat de proteïna vegetal i pasta seca sense gluten</i>	<i>ou pasteuritzat, carabassó, pebrot verd, pebrot vermell, ceba i pastanaga</i>	<i>pollastre i pèsols</i>	<i>patata, all, tomàquet triturat, julivert, ceba, pastanaga i sépia</i>
<b>IOGURT NATURAL</b>	<b>PLÀTAN</b>	<b>POMA</b>	<b>TARONJA</b>	<b>PASTÍS DE FORMATGE</b>
30 de gener	31 de gener	<b>Menú vegà</b>		<b>Producte ecològic i de proximitat</b>
<b>ARRÒS CALDÓS AMB VERDURES I PÈSOLS</b>	<b>AMANIDA VERDA</b>			
<i>arròs integral, ceba, all, porro, tomàquet triturat, pebrot vermell i carabassó i pèsols</i>	<i>enciam, tomàquet, ceba, pastanaga i olives</i>			
<b>LLUÇ AL FORN AMB PASTANAGA RATLLADA</b>	<b>HAMBURGUESA MIXTA AMB MONIATO FREGIT</b>			<b>PAÍS BASC</b>
<i>filet de lluç, patata, ceba dolça, all, tomàquet natural i pastanaga</i>	<i>carn picada de vedella i porc i moniato</i>			
<b>IOGURT NATURAL</b>	<b>POMA</b>			