



# MENÚ MAIG 2023

ESPECIAL AL·LÈRGIA GLUTEN

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 de maig	2 de maig	3 de maig	4 de maig	5 de maig
	LLENTIES ESTOFADES	AMANIDA DE FRUITS SECS	"NACHOS" AMB GUACAMOLE	AMANIDA DE L'HORT
	<i>l'lentia verdina, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet natural i pastanaga</i>	<i>enciam, tomàquet xerri, pipes de girasol i nous</i>	<i>advocat, ceba, tomàquet natural, llimona, oli d'oliva verge, sal i triangles de blat de moro</i>	<i>enciam romà, tomàquet, cogombre, pastanaga i olives</i>
	BACALLÀ AMB SAMFAINA	TRUITA DE MONGETES SEQUES I PASTANAGA	ARRÒS AMB VERDURES	LASANYA DE CARN AMB BEIXAMEL
	<i>bacallà, tomàquet triturat, ceba, all, pebrot verd, pebrot vermell, carabassó i albergínia</i>	<i>ou pasteuritzat, mongeta blanca cuita, all, julivert i pastanaga</i>	<i>all, ceba, pastanaga, tomàquet, pebrot vermell, brou de verdures, carabassó i arròs integral</i>	<i>lasanya precuinat sense gluten, llet, mantega i formatge ratllat</i>
	POMA	IOGURT NATURAL	PLÀTAN	MANDARINA
8 de maig	9 de maig	10 de maig	11 de maig	12 de maig
CREMA DE CARBASSÓ	FAVES AMB ARRÒS	GASPATXO	AMANIDA DE CIGRONS	BROQUETA DE TOMÀQUET XERRI AMB MOZZARELLA I OLIVES
<i>carabassó, patata, ceba, porro i pastanaga</i>	<i>arròs, all, ceba, pebrot vermell, carabassó, albergínia, mongeta verda, faves baby i brou de verdures</i>	<i>tomàquet natural, all, ceba, pebrot verd, pebrot vermell, cogombre, oli d'oliva verge, sal i vinagre de vi</i>	<i>cigrons, blat de moro, olives verdes i tomàquet</i>	<i>tomàquet xerri, mozzarella, olives i oli d'oliva verge extra</i>
LLUÇ AL FORN AMB Llimona I CUSCÚS	TRUITA DE PATATES AMB PASTANAGA I BLAT DE MORO	POLLASTRE ARREBOSSAT AMB VARIAT D'ENCIAMS	HAMBURGUESA DE TOFU I ESPINACS AMB PASTANAGA RATLLADA	FIDEUÀ VEGETAL
<i>lluç, ceba, all, llimona, cuscús i oli d'oliva verge</i>	<i>ou pasteuritzat, patata, enciam iceberg i blat de moro</i>	<i>pollastre, ou líquid pasteuritzat, farina de cigró i enciam</i>	<i>preparat de tofu i espinacs i pastanaga</i>	<i>fideus sense gluten, pastanaga, porro, ceba, all, tomàquet natural, pebrot vermell</i>
IOGURT NATURAL AMB NOUS	KIWI	MANDARINA	PLÀTAN	POMA
15 de maig	16 de maig	17 de maig	18 de maig	19 de maig
BRÒQUIL AMB PATATES	HUMMUS DE CIGRONS AMB PA INTEGRAL	AMANIDA VARIADA	AMANIDAS DE QUINOA I LLENTIES	ARRÒS CALDÓS AMB VERDURETES
<i>Bròquil i patata</i>	<i>cigrons, all, llimona, oli d'oliva, tahina i pa sense gluten</i>	<i>tomàquet xerri, enciam, blat de moro, crostons de pa i ceba cruixent</i>	<i>quinoa, lleties, cogombre, tomàquet i blat de moro</i>	<i>arròs integral, carabassó, ceba, all, pebrot vermell, pebrot verd i pastanaga</i>
DAUS DE SÈPIA AMB ALL I JULIVERT I AMANIDA VARIADA	WOK DE GALL DINDI I CARBASSÓ	MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL	REMNAT D'OU I XAMPINYONS	BOTIFARRA AMB MONGETES
<i>sèpia, all, julivert i variat d'enciams</i>	<i>gall dindi, ceba, pebrot verd, pebrot vermell, pastanaga, pebrot groc, oli de sèsam, soja i carabassó</i>	<i>all, ceba, pastanaga, tomàquet, preparat de proteïna vegetal i pasta seca sense gluten</i>	<i>ou líquid pasteuritzat i xampinyons</i>	<i>botifarra, mongeta blanca, all i julivert</i>
IOGURT NATURAL	MANDARINA	PERA	POMA	SÍNDRIA
22 de maig	23 de maig	24 de maig	25 de maig	26 de maig
EMPEDRAT DE MONGETA BLANCA	AMANIDA RUSSA	TRINXTAT	AMANIDA DE L'HORT AMB OUS	<b>MENÚ INDÚ</b>
<i>mongeta blanca, tomàquet i olives</i>	<i>patata, pastanaga, pèsols, tonyina, olives i maionesa</i>	<i>patata, col i all</i>	<i>enciam romà, tomàquet, cogombre, pastanaga, ou dur i olives</i>	<i>Llenties, ceba, pebrot vermell, espècies i cogombre</i>
TRUITA DE VEDURES AMB AMANIDA	LLUÇ AL FORN AMB VERDURES I POMES	MANDONGUILLES VEGETALS A LA JARDINERA	ESTOFAT CIGRONS	POLLASTRE AL CURRY AMB ARRÒS BASMATI
<i>ou líquid pasteuritzat, carabassó, pebrot verd, pebrot vermell, ceba i enciam</i>	<i>lluç, carabassó, porro, ceba i poma</i>	<i>preparat de proteïna vegetal, ceba, all, porro, pastanaga, tomàquet triturat, xampinyons, i pèsols</i>	<i>cigrons pedrosillano, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet natural i pastanaga</i>	<i>pollastre, curry, ceba, arròs basmati i brou de verdures</i>
IOGURT NATURAL	TARONJA	PERA	POMA	GALETES SENSE GLUTEN
29 de maig	30 de maig	31 de maig		
MONGETA VERDA AMB PATATES	AMANIDA D'ALVOCAT I ARRÒS	ESPIRALS SALTEJATS		
<i>mongeta verda i patata</i>	<i>alvocat, arròs llarg aromàtic d'Albufera de València, cogombre</i>	<i>pasta seca sense gluten, tomàquet xerri, carabassó i olives negres</i>		
LLUÇ AMB SALSÀ VERDA AMB AMANIDA DE COGOMBRE	ESTOFAT DE LLENTIES	OU DUR AMB SALSÀ DE TOMÀQUET		
<i>lluç, ceba, porro, all, pèsols, julivert, enciam romà i cogombre</i>	<i>l'lentia pardina, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet natural i pastanaga</i>	<i>ou dur i tomàquet natural</i>		
IOGURT NATURAL				
<b>Menú vegà</b>	<b>Producte ecològic i de proximitat</b>	<b>Producte Integral</b>	<b>Dia especial Joan Miró</b>	
			<b>INDIA</b>	