



Paladarines **SENSE LACTOSA** "ESCOLA BALMES II" SETEMBRE 2022



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
5 Arròs amb salsa de tomàquet Mossets de rosada Amanida completa logurt natural sense lactosa	6 Estofat de llenties Trita a la francesa Amanida completa Fruita de temporada	7 Sopa d'au amb galets Botifarra a la planxa Amanida completa Fruita de temporada	8 Amanida russa (sense mahonesa) Pernilets de pollastre rotit amb fines herbes Amanida completa Fruita de temporada	9 Macarrons a la napolitana Filet de lluç a la planxa Amanida completa Fruita de temporada
12 Crema de carbassa (s/lactosa) Estofat de gall dindi amb espècies Amanida completa logurt natural sense lactosa	13 Arròs tres delícies Suprema de fogonero amb samfaina Amanida completa Fruita de temporada	14 Mongetes blanques estofades Trita de patates Amanida completa Fruita de temporada	15 Espaguets a la napolitana Peix a la planxa Amanida completa Fruita de temporada	16 Cigrons estofats amb verdures Llom adobat a la planxa Amanida completa Fruita de temporada
19 Arròs amb salsa de tomàquet Lluç al forn amb all i julivert Amanida completa logurt natural sense lactosa	20 Crema de carbassó (s/lactosa) Hamburguesa mixta a la planxa Amanida completa Fruita de temporada	21 Macarrons a la bolonyesa amb soia texturitzada Maira enfarinada casolana Amanida completa Fruita de temporada	22 Llenties a la riojana Trita amb carbassó Amanida completa Fruita de temporada	23 Sopa d'au amb galets Pernilets de pollastre al forn Amanida completa Fruita de temporada
26 Amanida de pasta de colors Rodanxa de lluç amb ceba i tomàquet Amanida completa logurt natural sense lactosa	27 Bròquil amb patates Pollastre arrebossat casolà Amanida completa Fruita de temporada	28 Paella de l'hort Suprema de fogonero al forn amb tomàquet Amanida completa Fruita de temporada	29 Mongetes blanques saltejades amb all i julivert Hamburguesa mixta al forn amb ceba Amanida completa Fruita de temporada	30 Sopa de peix Trita de patates amb espinacs Amanida completa Fruita de temporada

PA
INTEGRAL
Tots els làctics son **SENSE LACTOSA**
TÈCNICA CULINÀRIA
* Salsa Napolitana:
Tomàquet fregit i ceba
* Salsa Bolonyesa:
Ceba, tomaquet, pastanaga, orenga i pebrot
* Salsa Carbonara:
Ceba, crema de llet, nata. (s/lactosa)
*Colegial: amb hortalisses
VAPOR:
Els plats de verdures i hortalisses que s'ofereixen a la Cuina Central en servei de càtering, s'elaboren al vapor així mantenint totes les seves nutrients
FRUITA I VERDURA ECOLÒGICA

Els productes que es fan servir per la elaboració d'aquest menú, salses, elaboracions, ...són sense lactosa

Menú validat per Dietista-Nutricionista col·legiada CAT001988

