

**PA SENSE GLUTEN**

Tots els làctics són de "La Fageda"

TÈCNICA CULINÀRIA

* Salsa Napolitana:

Tomàquet fregit i ceba
* Salsa Bolonyesa: Ceba, tomaquet, pastanaga, orenga i pebrot

* Salsa Carbonara: Ceba, crema de llet, nata.

* 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 propietats

FRUITA**I**
VERDURA ECOLÒGICA

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
5 Arròs amb salsa de tomàquet Nuggets de pollastre (s/gluten) Amanida completa (s/tonyina) Fruita de temporada	6 Estofat de llenties Truita a la francesa Amanida completa (s/tonyina) Fruita de temporada	7 Sopa d'au amb galets (s/gluten) Botifarra a la planxa Amanida completa (s/tonyina) logurt natural	8 Amanida russa Pernilets de pollastre rotit amb fines herbes Amanida completa (s/tonyina) Fruita de temporada	9 Macarrons a la napolitana (s/gluten) Filet de lluç a la planxa Amanida completa (s/tonyina) Fruita de temporada
12 Crema de carbassa Estofat de gall dindi amb espècies Amanida completa (s/tonyina) Fruita de temporada	13 Arròs tres delícies Lluç al forn amb samfaina Amanida completa (s/tonyina) Fruita de temporada	14 Mongetes blanques estofades Truita de patates Amanida completa (s/tonyina) logurt natural	15 Espaguetis a la carbonara amb bacó (s/gluten) Peix a la planxa Amanida completa (s/tonyina) Fruita de temporada	16 Cigrons estofats amb verdures Llom adobat a la planxa Amanida completa (s/tonyina) Fruita de temporada
19 Arròs amb salsa de tomàquet Lluç al forn amb all i julivert Amanida completa (s/tonyina) Fruita de temporada	20 Crema de carbassó Hamburguesa mixta a la planxa Amanida completa (s/tonyina) Fruita de temporada	21 Macarrons a la bolonyesa vegetal (s/gluten) Lluç enfarinat casolà (s/gluten) Amanida completa (s/tonyina) logurt natural	22 Llenties a la riojana Truita amb carbassó Amanida completa (s/tonyina) Fruita de temporada	23 FELIÇ ANIVERSARI Sopa d'au amb galets (s/gluten) Pernilets de pollastre al forn Amanida completa (s/tonyina) Pà de pessic casolà (s/gluten) / Fruita
26 Amanida de pasta de colors (s/gluten) Rodanxa de lluç amb ceba i tomàquet Amanida completa (s/tonyina) Fruita de temporada	27 Bròquil amb patates Pollastre arrebossat casolà (s/gluten) Amanida completa (s/tonyina) Fruita de temporada	28 Paella de l'hort Lluç al forn amb tomàquet Amanida completa (s/tonyina) logurt natural	29 Mongetes blanques saltejades amb all i julivert Hamburguesa mixta al forn amb ceba Amanida completa (s/tonyina) Fruita de temporada	30 Sopa de peix (s/gluten) Truita de patates amb espinacs Amanida completa (s/tonyina) Fruita de temporada

Menú validat per Dietista-Nutricionista col·legiada CAT001988

Els productes que es fan servir per la elaboració d'aquest menú, farines, pa ratllat, pasta... són sense gluten