

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 	2	3 Paella de l'hort Hamburguesa de vedella a la planxa Amanida variada logurt natural	4 Verdures variades amb patata Pollastre rostit a les fines herbes Amanida variada Fruita de temporada	5 Cigrons estofats Trita a la francesa Amanida variada Fruita de temporada
8 Arròs amb sofregit de tomàquet Filet de lluç al forn amb all i julivert Amanida variada logurt natural	9 Llenties meloses amb verduretes Trita de patata amb espinacs Amanida variada Fruita de temporada	10 MENÚ PRIMAVERA 10 Amanida primavera de pasta (s/f gluten) Nuggets de pollastre (s/gluten) Patates xips Fruita de temporada	11 Mongetes blanques estofades amb verdures Suprema de fogonero a la biscaïna Amanida variada Fruita de temporada	12 Bròquil amb patates gratinades Pinxits de gall dindi guisats al wok amb salsa de soja Fruita de temporada
15 Espaguetis (s/gluten) amb salsa boletus Trita amb carbassó Amanida variada logurt natural	16 DIA INTERNACIONAL DE LA CELIAQUIA 16 Arròs caldós amb marisc Gallineta al forn amb samfaina Amanida variada + TAST PA SENSE GLUTEN Fruita de temporada	17 Mongeta tendra amb patata i toc d'oli d'oliva Mandonguilles mixtes rostides amb salsa de tomàquet i pebrots Fruita de temporada	18 Cigrons guisats amb espinacs Filet de maira enfarinada casolana (s/gluten) Amanida variada Fruita de temporada	19 Sopa d'au amb galets (s/gluten) Pit de pollastre a la planxa amb all i julivert Amanida variada Fruita de temporada
22 Verdures variades amb patata Rodanxa de lluç al forn amb llimona Amanida variada logurt natural	23 Macarrons (s/gluten) a la bolonyesa vegetal Nuggets de pollastre (s/gluten) Amanida variada Fruita de temporada	24 Llenties estofades amb arròs Trita a la francesa Amanida variada Fruita de temporada	25 Amanida de patata amb toc de maionesa Pernilets de pollastre al forn Amanida variada Fruita de temporada	26 Arròs amb sofregit de tomàquet Llom adobat a la planxa Amanida variada Galetes / fruita
29 Fideuà mixta (s/gluten) Lluç al forn amb salsa de tomàquet Amanida variada logurt natural	30 Mongetes blanques estofades amb verdures Trita amb pernil dolç Amanida variada Fruita de temporada	31 Arròs 3 delícies Pollastre al forn Amanida variada Fruita de temporada	Els productes que es fan servir per la elaboració d'aquest menú, farines, pa ratllat, pasta... són sense gluten	



PA SENSE GLUTEN

Tots els làctics són **naturals i ecològics**
TÈCNICA CULINÀRIA

* Salsa Napolitana:
Tomàquet fregit i ceba

* Salsa Bolonyesa:
Ceba, tomaquet, pastanaga, orenga i pebrot

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

AMANIDA VARIADA:

enciam, pastanaga, blat de moro, remolatxa, tonyina, tomàquet, olives.

FRUITA I VERDURA ECOLÒGICA



Menú validat per Dietista-Nutricionista col·legiada CAT001988