COM A CASA
Menjadors escolars

ESCOLES FASIA **Novembre 26** **NO GLUTEN/NO PLV-LACTOSA**

	Dilluns 2	**Dimarts 3**	**Dimecres 4**	**Dijous 5**	**Divendres 6**
De primer plat...	Trinxat de col i patata (al·lèrgies)	Arròs amb tomàquet (AL·LÈRGIES)	Llenties eco de l'àvia (al·lèrgies)	Pasta S/GLUTEN S/OU a la napolitana (al·lèrgies)	Crema de carbassó (AL·LÈRGIES)
Seguit de...	Pollastre al xilindrón (al·lèrgies)	Lluç arrebossat (al·lèrgies)	Truita francesa (AL·LÈRGIES)	Lluç al forn amb all i julivert (al·lèrgies)	Cigrons saltats amb ceba i bacó (al·lèrgies)
De guarnicio		enciam i olives	enciam i blat de moro	enciam i pastanaga	
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Iogurt de soia sense traces de gluten o fruita	Fruita del temps
	Dilluns 9	**Dimarts 10**	**Dimecres 11**	**Dijous 12**	**Divendres 13**
De primer plat...	Pasta S/GLUTEN S/OU a la siciliana (tomàquet i olives)(al·lèrgies)	Mongetes blanques estofades amb verdures (al·lèrgies)	Crema de porros sense llet (al·lèrgies)	Arròs 3 delícies (truita, pèsols i pastanaga) (al·lèrgies)	Bròcoli amb patata (al·lèrgies)
Seguit de...	Daus de gall dindi adobats casolans (al·lèrgies)	Truita de carbassó (al·lèrgies)	Salmó al forn a les fines herbes (al·lèrgies)	"Mandonguilles" vegetals amb salsa de tomàquet (al·lèrgies)	Pollastre al forn amb herbes provençals (al·lèrgies)
De guarnicio	enciam i blat de moro	enciam i olives	enciam i brots de soja		enciam i pastanaga
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Iogurt de soia sense traces de gluten o fruita	Fruita del temps
	Dilluns 16	**Dimarts 17**	**Dimecres 18**	**Dijous 19**	**Divendres 20**
De primer plat...	Llenties eco guisades amb hortalisses (al·lèrgies)	Crema de verdures i pèsols (al·lèrgies)	Arròs integral amb tomàquet (AL·LÈRGIES)	Minestra de verdures (al·lèrgies)	Sopa amb pasta sense gluten ni ou
Seguit de...	Llom planxa	Lluç al forn amb all i pebre vermell (al·lèrgies)	Truita francesa (al·lèrgies)	Cigrons guisats amb bacallà (al·lèrgies)	Contracuixa de pollastre al forn amb orenga, ceba i llimona (al·lèrgies)
De guarnició	enciam i blat de moro	enciam i pastanaga	enciam i olives		enciam i brots de soja
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Iogurt de soia sense traces de	Fruita del temps
	Dilluns 23	**Dimarts 24**	**Dimecres 25**	**Dijous 26**	**Divendres 27**
De primer plat...	Coliflor amb patata trinxada amb oli i pebre vermell (al·lèrgies)	Crema de llegums (cigrons i verdures)(al·lèrgies)	Tricolor de verdures (mongeta verda, patata i pastanaga)	Arròs saltat amb bolets (AL·LÈRGIES)	Espaguetis S/GLUTEN S/OU al pesto de bròcoli (sense formatge) (al·lèrgies)
Seguit de...	Cap de llom amb salsa de verdures (al·lèrgies)	Pollastre al forn a la farigola (al·lèrgies)	Pasta s/gluten s/ou a la bolonyesa de soia texturitzada	Truita de patata i ceba (al·lèrgies)	Suquet de peix (al·lèrgies)
De guarnició	enciam i olives	enciam i pastanaga		enciam i blat de moro	
Postres	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Iogurt de soia sense traces de gluten o fruita	Fruita del temps
	Dilluns 30	**Dimarts**	**Dimecres**	**Dijous**	**Divendres**
De primer plat...	Pèsols amb patata saltats (al·lèrgies)				
Seguit de...	Botifarra de pagès al forn (al·lèrgies)				
De guarnició	enciam i brots de soja				
Postres	Fruita del temps				

Les fruites del temps són: poma, pera, plàtan, taronja, mandarina... Menús elaborats pel departament de Dietètica i nutrició. Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat. Ús de sal iodada per cuinar. Oli de gira-sol alt oleic per cuinar i fregir i d'oliva verge per amanir. Es servirà pa integral.