

LA INMACULADA

Dieta: SENSE GLUTEN

Juny - 2022

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

MONGETES TENDRES SALTEJADES AMB PEBRE VERMELL
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
PASTANAGA EN RODANXES
IOGURT

2

JORNADA FISH REVOLUTION
PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA
CALDERETA DE DAUS DE RAP AMB CALAMARS
FRUITA

3

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
SECRET DE PORC ESTOFAT
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

6

AMANIDA DE PASTA SENSE GLUTEN I SENSE OU AMB BLAT DE MORO I TOMÀQUET
TRUITA DE FORMATGE AMB CIBULET
ENCIAM I REMOLATXA
GELAT

7

CREMA DE CARBASSÓ
FILET DE GALL AL FORN
PATATA AL FORN
FRUITA

8

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA, PATATA)
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL AMB POMA
FRUITA

9

ARRÒS AMB TOMÀQUET
FILET D'ABADEJO AL FORN
AMANIDA VERDA
FRUITA

10

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
WOK DE GALL DINDI AMB VERDURES
FRUITA

13

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA, PATATA)
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL CURRI
ARRÒS BLANC
FRUITA

14

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA
FREGIT MALLORQUÍ
FRUITA

15

AMANIDA ALEMANYA
MANDONGUILLES A LA JARDINERA
IOGURT

16

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
LLUÇ A LA LLIMONA
AMANIDA AMB BROTS DE SOIA
FRUITA

17

TRAMPÓ DE CIGRONS AMB TONYINA, CEBA, PEBROT ROJO, PEBROT VERD
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

20

AMANIDA DE PASTA SENSE GLUTEN I SENSE OU AMB BLAT DE MORO I TOMÀQUET
SALSITXES FRESQUES A LA PLANXA
XAMPINYONS
FRUITA

21

PATATES SALTEJADES AMB VERDURA
PIT DE GALL DINDI GUISAT
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

22

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA
SALMÓ A LA PLANXA
MINISTRA DE VERDURES
FRUITA

23

MENÚ ESPECIAL DE FI DE CURS
AMANIDA VARIADA (ENCIAM, TOMÀQUET, OU DUR, PASTANAGA)
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
PATATES FREGIDES
GELAT

AQUÍ ES
CUINA
100% AMB
OLI
D'OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program

Be Curious
skoolarest

¡CONVIÉRTETE
EN SU GUARDIÁN!

FISH
REVOLUTION

SABOREANDO
LOS
MARES

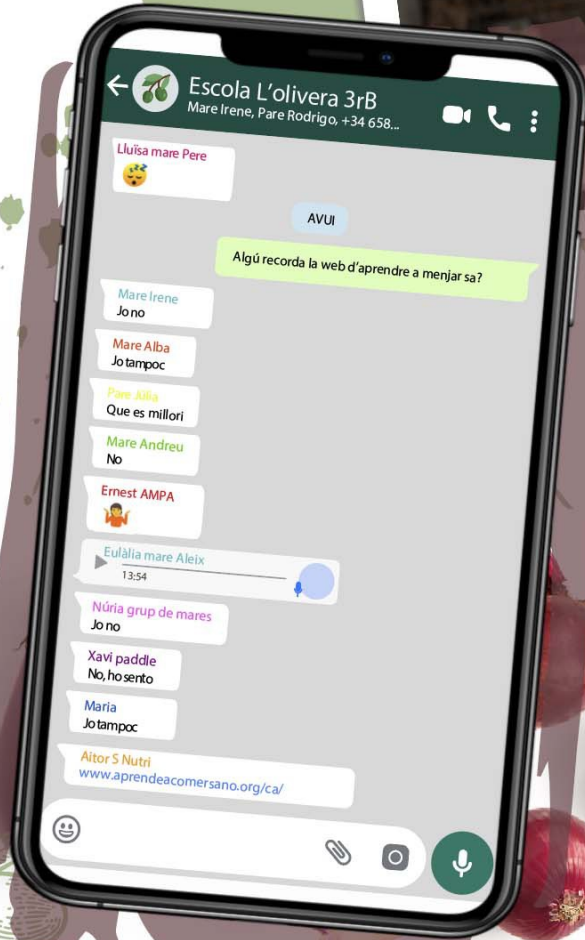
Grow
FOOD
BANKS

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

AITOR SANCHEZ

Aprèn a menjar sa amb L'Aitor Sánchez i Scolarest

ACEITES DE OLIVA DE ESPAÑA I COMPASS GROUP | SCOLAREST T'OFEREIXEN UN PROGRAMA PRÀCTIC, PROGRESSIU I FLEXIBLE PER TRANSFORMAR ELS TEUS HÀBITS ALIMENTARIS I MILLORAR LA QUALITAT DE VIDA DE TOTA LA FAMÍLIA.



SI HEM DINAT:	PODEM SOPAR:
CEREALS, FÈCULES O LLEGUMS	HORTALISSES CRUES O LLEGUMS CUITS
VERDURES	CEREALS O FÈCULES
CARN	PEIX O OU
PEIX	CARN MAGRA O OU
OU	PEIX O CARN MAGRA
FRUITA	LÀCTICS O FRUITA
LÀCTICS	FRUITA

Notes:

Empresa adherida al Pla de col·laboració per a la millora de la composició alimentària i begudes 2020.
En cas d'al·lèrgies o intoleràncies, procurar mantenir una bona alimentació substituint aliments no tolerats per altres dins de la mateixa família.

La nostra empresa sotmet a congelació el peix que es vagi a consumir cru o poc fet, segons estableix el RD 1420/2006. D'acord amb l'establert al RE 1169/2011, la cuina disposa d'informació sobre el contingut en al·lèrgens dels menús elaborats.