

Menú mensual enero 2024 - Dieta Sense gluten

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 VACANCES	2 VACANCES	3 VACANCES	4 VACANCES	5 VACANCES
8 Menestra saltejada amb patata i ceba Rodó de gall d'indi amb salsa Tomàquet, blat de moro i olives Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	9 Cigrons saltejats amb alls i espinacs Ous cuits amb salsa de tomàquet Pastanaga bullida Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	10 Pasta sense gluten amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Caçó a la biscaïna Espàrrecs blancs amb maionesa logurt sabor Pa de motlle sense gluten	11 Mongetes blanques amb menestra Pollastre amb tomàquet i ceba Carbassó al forn Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	12 Paella de verdures Salmó al forn amb salsa tàrtara Amanida de tomàquer i olives Fruita fresca Pa de motlle sense gluten
15 Col berza amb patates saltejades Pollastre al forn o a la planxa Patates fregides Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	16 Carbassó i carbassa bullida Ous cuits amb menestra Pastanaga bullida Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	17 Llaçets sense gluten amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Salmó amb ceba i porro Tomàquet, cogombre i pastanaga Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	18 Patates a "lo pobre" Pernillets de pollastre al forn Amanida d'enciam, tomàquet i olives logurt sabor Pa de motlle sense gluten	19 Arròs amb verdures Cap-roig a la donostiarra Amanida d'enciam i blat de moro Fruita fresca Pa de motlle sense gluten
22 Macarrons sense gluten al pesto amb formatge ratllat Rap al forn amb pastanaga, ceba i porro Carbassó a la planxa Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	23 Mongetes blanques amb menestra Truita de xampinyons amb ceba Amanida d'enciam, pastanaga i olives Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	24 Paella de verdures (sense pèsols) Pollastre rostit amb tomàquet i ceba Pastanaga bullida logurt sabor Pa de motlle sense gluten	25 Pisto de verdures gratinat amb formatge Cinta de llom al forn o a la planxa Patates al forn Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	26 Patates guisades amb verdures (sense pèsols) Lluç amb salsa de ceba i pastanaga Amanida de cogombre i olives Fruita fresca Pa de motlle sense gluten
29 Espirals sense gluten amb salsa de tomàquet i formatge ratllat (salsa i formatge apart) Lluç al forn amb ceba i tomàquet al natural Amanida d'enciam, pastanaga i olives Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	30 Col berza amb patata saltejada Pollastre rostit amb prunes Tomàquet al forn Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	31 Patata bullida amb pastanaga Gall d'indi al forn o a la planxa Ceba caramel·litzada Fruita fresca Pa de motlle sense gluten		