

## Menú mensual febrer 2024 - Dieta Sense gluten

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 Arròs bullit amb pastanaga i carbassa Vedella rostida amb salsa Amanida de tomàquet, blat de moro i olives Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	2 Crema de pèsols Pizza sense gluten Amanida de tomàquet i olives Fruita fresca
5 Espinacs amb salsa de tomàquet Estofat de gall d'indi amb menestra Patates al forn Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	6 Cigrons amb bledes i carbassa Pollastre a la llimona Tomàquet al forn o a la planxa Natilles de vainilla Pa de motlle sense gluten	7 Macarrons sense gluten amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Truita de patata i ceba Amanida d'enciam, blat de moro i olives Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	8 Crema de carbassa Lluç al forn amb tomàquet i ceba Amanida de cogombre, blat de moro i ceba Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	9 Arròs amb salsa de tomàquet (salsa a part) Estofat de gall d'indi amb ceba, pèsols i xampinyons Mongetes verdes saltejades Fruita fresca Pa de motlle sense gluten
12 <b>FESTIU</b>	13 Cigrons saltejats amb alls i espinacs Ous cuits amb salsa de tomàquet Pastanaga bullida Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	14 Pasta sense gluten amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Caçó a la biscaïna Espàrrecs blancs amb maionesa Iogurt sabor Pa de motlle sense gluten	15 Mongetes blanques amb menestra Pollastre amb tomàquet i ceba Carbassó al forn Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	16 Paella de verdures Salmó al forn amb salsa tàrtara Amanida de tomàquet i olives Fruita fresca Pa de motlle sense gluten
19 Col berza amb patates saltejades Pollastre al forn o a la planxa Patates fregides Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	20 Carbassó i carbassa bullida Ous cuits amb menestra Pastanaga bullida Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	21 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	22 Patates a "lo pobre" Pernillets de pollastre al forn Amanida d'enciam, tomàquet i olives Iogurt sabor Pa de motlle sense gluten	23 Arròs amb verdures Cap-roig a la donostiarra Amanida d'enciam i blat de moro Fruita fresca Pa de motlle sense gluten
26 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	27 Mongetes blanques amb menestra Truita de xampinyons amb ceba Amanida d'enciam, pastanaga i olives Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	28 Paella de verdures (sense pèsols) Pollastre rostit amb tomàquet i ceba Pastanaga bullida Iogurt sabor Pa de motlle sense gluten	29 Pisto de verdures gratinat amb formatge Cinta de llong al forn o a la planxa Patates al forn Fruita fresca Pa de motlle sense gluten	