

# SENSE GLUTEN

## SETEMBRE

### BENVINGUTS! ESTEM DE VOITA!

Tornem un any més amb ganes e il·lusió de rebre als vostres fills i filles al menjador de l'escola.

Aquest curs estem carregats d'idees i energia per portar a terme petits canvis que puguin millorar l'educació alimentària i la sostenibilitat a nivell mediambiental, a més d'oferir un menú equilibrat, variat, segur, adaptat i satisfactori.

Donarem inici a un projecte d'incorporació de proteïna vegetal, així doncs reduir el consum animal i millorar la sostenibilitat. Però no patiu, que els nostres plats seran de lo més divertits i saborosos!

Us desitgem un bon inici de curs a tothom!



La cuina es reserva el dret a fer un canvi a l'últim moment, avisant per e-mail als centres.

En compliment del Reglament núm. 1169/2011 (UE) sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. La Vostra Cuina disposa de la informació sobre els al·lèrgens dels aliments que componen els menús que s'elaboren.

**Plat calent:** Temperatura de conservació ≥ 65°C. Es manté calent a l'armari fins al moment de servir-ho.

**Plat fred:** Temperatura de conservació ≤ 8°C. Es manté a la nevera fins al moment de servir-ho.

Tot el menjar és per a consum immediat.

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMEGRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

30	31	1	2	3
Pasta sense gluten i ou amb tomàquet i formatge	Mongeta tendra, patata i pastanaga	Arròs amb verdures i tomàquet	Pèsols amb patata saltats amb all	Meló amb pernil - Crema d'arrels (porro, ceba, pastanaga, nap i xirivia) (guarderies)
Hamburguesa de vedella i porc a la planxa amb enciam i pastanaga	Truita de carbassó amb enciam i blat de moro	Peix al forn amb orenga i amanida d'enciam i llavors de carbassa	Fingers de pollastre (sense gluten, ou i llet) amb enciam i tomàquet	Pizza sense gluten i ou
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Gelat-iogurt (guarderies)
<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
Pasta sense gluten i ou amb tomàquet i formatge	Ensalada russa	Cigrons amb patata i oli d'oliva	Crema de verdures de temporada i quinoa	Arròs amb salsa de tomàquet
Truita a la francesa amb enciam i olives	Llom al forn amb patates palla	Fingers de peix (sense gluten, ou i llet) amb enciam i blat de moro	Pollastre al forn amb enciam i tomàquet	Broqueta de gall dindi amb patates
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Gelat-iogurt (guarderies)
<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
Pasta sense gluten i ou amb tomàquet i formatge	Mongeta tendra, patata i pastanaga	Cigrons i patata amb oli d'oliva	Crema de carbassó	Aròs 3 delícies (blat de moro, pèsols i pastanaga)
Botifarra de porc a la planxa amb enciam i pastanaga	Fingers de peix (sense gluten, ou i llet) amb enciam i llavors de carbassa	Truita a la francesa amb pernil dolç i amanida d'enciam i blat de moro	Fideuà de verdures i mongetes mango (soja verda ECO) * <u>Pasta sense gluten i ou</u>	Pollastre amb allada i amanida d'enciam i tomàquet
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt
<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
Crema de pastanaga	Amanida de pasta sense gluten i ou amb salsa rosa	Llenties estofades amb verdures	Arròs INTEGRAL** amb salsa de tomàquet	Pèsols amb patata
Truita de patata amb enciam i olives	Pollastre al forn amb enciam i llavors de gira-sol	*Fingers de pollastre (sense gluten, ou i llet) amb amanida	Filet de lluç meunière (amb mantega vegetal i suc de llimona) amb enciam i pastanaga	Rodó de vedella de GIRONA al forn amb xampinyons
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt	Fruita de temporada
<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	
Cigrons estofats amb verdures	Arròs amb verdures i tomàquet	Crema de carbassa i mongetes seques	Pasta sense gluten i ou amb tomàquet	
Truita a la francesa amb tonyina i amanida d'enciam i pastanaga	Llom a la planxa amb enciam i tomàquet	Bacallà amb samfaina	***Hamburguesa de cigrons amb enciam i blat de moro	**L'arròs serà integral sempre que el centre no ens digui el contrari
Natilla de xocolata	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	***Hamburguesa de cigrons i pollastre