



NO GLUTEN  
NI LACTOSA

# MENÚ MARÇ

# JAUME I

DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Espaguetis (sense gluten) amb tomàquet	Bledes amb patates
Caçó al forn amb all i julivert amb enciam i pastanaga	Tacs de gall dindi amb salsa de verdures tomàquet, pastanaga i ceba
Fruita de temporada ecològica	Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Patates guisades amb verdures porros, tomàquet, ceba i pastanaga	Sopa de peix amb arròs eco	Espinacs amb patates	Mongetes blanques eco estofades porro, pastanaga, ceba, tomàquet i NO xorricet	Espirals (sense gluten) saltats amb verdures pastanaga, col, porros i ceba
Salsitxes de porc amb enciam i olives	Truita de patates amb enciam i NO pipes	Pollastre amb salsa de poma brou d'au, poma i ceba	Gall dindi a la planxa amb enciam i tomàquet	Peix fresc segons mercat amb enciam i pastanaga
Fruita de temporada ecològica	logurt de soja	Fruita de temporada ecològica <i>Tastet! Pòcima màgica (suc de taronja eco amb colorant)</i>	Fruita de temporada ecològica	Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Arròs eco amb tomàquet	Fideus (sense gluten) a la cassola amb costella brou de carn, tomàquet, ceba i costelles de porc	Llesques de patata al forn amb verdures patata i verdures de temporada	Crema de verdures SENSE formatge amb verdures de temporada	Cigrons eco estofats amb verdures carbassa, porro i pastanaga
Pollastre al forn amb niu d'enciams i NO pipes	Lluç enfarinat casolà (sense gluten) amb enciam i olives	Estofat de vedella amb salsa pastanaga, ceba, porros i tomàquet	Gall dindi a la taronja amb patates fregides	Truita de tonyina amb enciam i blat de moro
Fruita de temporada ecològica	Fruita de temporada ecològica	Fruita de temporada ecològica	logurt de soja	Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 19	DIMARTS INICI PRIMAVERA 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIJOUS JORNADA FRANCESA 23
Mongeta verda amb patates	Sopa d'au amb meravella (sense gluten)	Lenties eco amb verdures porros, tomàquet, ceba i pastanaga	Arròs eco saltat amb verdures pastanaga, ceba, porros i col	Vichyssoise SENSE crostons de pa porros, patata, brou de verdures i SENSE llet
Hamburguesa de vedella al forn amb enciam i NO pipes	Gall dindi al forn amb verdures	Truita francesa amb enciam i blat de moro	Peix fresc segons mercat amb enciam i olives	Pollastre arrebossat (sense gluten) amb patates xips
Fruita de temporada ecològica	Fruita de temporada ecològica	Fruita de temporada ecològica	Fruita de temporada ecològica	logurt de soja i taronjada sense gas

DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
<h1>SETMANA SANTA</h1>				

El pollastre és de pagès amb alimentació vegetal, mínim amb un 65% de cereals, dels quals com a mínim un 50% de blat de moro; sacrificat almenys amb 56 dies i criat amb sistema extensiu.  
 Les verdures i hortalisses són ecològiques.  
 Les fruites de temporada poden ser: maduixes, kiwis, mandarines, pomes, taronges, pinya i plàtan  
 Les verdures de temporada poden ser: bledes, carxofes, col, bròquil, carbassa, ceba, coliflor, espinacs, porros i pastanaga



Revisat per Andrea Rodríguez Sancho  
 Graduada en Nutrició Humana i Dietètica

CAT000899