

NO GLUTEN



Dilluns 7	Dimarts 8	Dimecres 9	Dijous 10	Divendres 11
FESTIU	Arròs eco amb tomàquet Llom a la planxa amb patates xips Préssec en almívar	Llenties eco estofades amb verdures amb vegetals de temporada Pollastre al forn amb enciam i blat de moro Fruita de temporada ecològica	Crema de verdures de temporada Truita de patates i ceba amb enciam i NO pipes Fruita de temporada ecològica	Sopa de pasta sense gluten Peix fresc segons mercat amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica
Dilluns 14	Dimarts 15	Dimecres 16	Dijous 17	Divendres 18
Macarrons (sense gluten) amb tomàquet Truita de formatge amb enciam i blat de moro Fruita de temporada ecològica	Crema de verdura de temporada SENSE crostons de pa Estofat de gall dindi amb vegetals de temporada Fruita de temporada ecològica	Arròs eco a la cassola amb costella amb vegetals de temporada Lluç al forn amb enciam i tomàquet logurt ecològic	Sopa vegetal amb vegetals de temporada Pollastre amb salsa de poma amb patates dau Fruita de temporada ecològica	Cigrons eco estofats amb espinacs tomàquet, espinacs i ceba Hamburguesa de vedella al forn amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica
Dilluns 21	Dimarts 22	Dimecres 23	Dijous 24	Divendres 25
Arròs eco amb tomàquet Truita de tonyina amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Mongetes seques eco estofades amb tomàquet i ceba Pollastre al forn amb enciam i NO pipes logurt ecològic	Crema de verdura de temporada Magra de porc al forn amb vegetals de temporada Fruita de temporada ecològica	Espaguetis (sense gluten) carbonara crema de llet, bacó, ceba i formatge ratllat Peix fresc segons mercat amb enciam i blat de moro Fruita de temporada ecològica	Llesques de patata al forn amb verdures amb vegetals de temporada i herbes provençals Tacs de gall d'indi amb salsa Fruita de temporada ecològica
Dilluns 28. Menús de sempre!	Dimarts 29	Dimecres 30	Dijous 31	
Trinxat de la Cerdanya Pollastre rostí amb enciam i pastanaga Postres especial	Sopa d'au amb pasta sense gluten Bacallà al forn amb samfaina Fruita de temporada ecològica	Arròs eco saltat amb verdures i bolets amb vegetals de temporada i xampinyons Mandonguilles mixtes jardinera amb vegetals de temporada Fruita de temporada ecològica	Verdura de temporada amb patates Gall dindi al forn amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	

El pollastre és de pagès, amb alimentació vegetal, mínim un 65% de cereals, dels quals com a mínim un 50% de blat de moro, sacrificat almenys 56 dies i criat amb sistema extensiu.

Les verdures i hortalisses són ecològiques.

Les fruites de temporada poden ser: kiwi, poma, mandarina, taronja, pera, pinya, plàtan o magrana.

Les verdures de temporada poden ser: bledes, carxofa, col, bròquil, carbassa, coliflor, espinacs, porro, pastanaga, enciam i tomàquet.



@somvalors

www.somvalors.com