

MES: Març 2019

CENTRE EDUCATIU: CENTRES AMB IAUSA -Celíacs



T'INFORMEM

- Productors locals: Reula i Cadí (làctics); Salvador Sala (patates); Ecopyrene (vedella ECO); Miquel Pons (llegum); Agustí Porta (carn); El Mos; Mafriseu (carn); Guiu (aviram); ECO La Devesa, Cial.Segre (conill)
- Les **fruites**: taronja, mandarina, clementina, poma, pera, plàtan i kiwi
- Les **verdures** bròquil, col verda, endívia, carxofa, all tendre, ceba tendra, porro, carabassa d'hivern, coliflor, bleda, espinac, pastanaga, pèsol, fava, espàrrec i calçots, espigall, col llombarda.
- De dimarts a divendres hi haurà amanida d'acompanyament

Bon profit!!

**PASTA SENSE GLUTEN**

[www.mengemdaqui.cat](http://www.mengemdaqui.cat)

- 1 PRODUCTE DE PROXIMITAT
- 2 PRODUCTE DE TEMPORADA
- 3 RECEPTE TRADICIONAL

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1. SETMANA					1 Pasta a la amatriciana Botifarra Fruita
2. SETMANA	4 Purè de pastanaga Macarrons amb verdures Fruita	5 Arròs de muntanya Llengüadina amb verduretes logurt de proximitat	6 Trinxat de col Llom planxa Fruita	7 Bròquil amb patates Pollastre al forn amb llimona Fruita	8 Pèsols ofegats Trita amb pernil dolç Fruita
3. SETMANA	11 Arròs amb verdures Pit de pollastre Fruita	12 Escudella Cassó amb salsa Làctic	13 Minestra de verdures Vedella a la planxa Fruita	14 Coliflor Hamburguesa de conill Fruita	15 Cigrons amb espinacs Ou dur amb pernil salat Fruita
4. SETMANA	18 Crema de carbassa Arròs amb verdura i fruits secs Fruita	19 Canelons d'espinacs Salsitxes Làctic	20 Llenties estofades Bacallà amb samfaina Fruita	21 Espaguetis a la bonyesa Trita de patates Fruita	22 Minestra de verdura Pollastre al forn Fruita
5. SETMANA	25 Cigrons Espirals amb verdures Fruita	26 Trinxat de espinacs Pit de pollastre Làctic	27 Arròs amb tomàquet Llom planxa Fruita	28 Bròquil amb patates Hamburguesa de pollastre Fruita	Fideus a la cassola Peix Fruita

Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:

