

MES: JUNY '23

CENTRE EDUCATIU: IAUSA- Pau Claris- sense gluten



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1. SETMANA				Arròs a la cassola Bacallà a la catalana (4,9) Fruita	Cigrons amb tomata i ou dur Croquetes variades (5,7) Fruita
2. SETMANA	Arròs amb tomàquet Hamburguesa de pollastre Fruita	Menestra de verdures Ous farcits Fruita	Llenties a la cassola Peix de llotja amb patates iogurt (7)	Crema de verdures Pollastre al forn amb prunes Fruita	Amanida alemana de patata (5,7) Macarrons gratinats estil Canadà (1,7) Pancake (1,7)
3. SETMANA	Crema de verdures Falafel i nuggets (1) Fruita	Arròs tres delícies (4,5) Salsitxa de pollastre iogurt (7)	Gaspatxo (1) Canelons de rostit amb beixamel (1,7) Fruita	Hummus de cigrons Trita de patates Fruita	Aligot (puré de patata i formatge) (1,7) Kebab amb pollastre (1,5) Crêpe amb xocolata (1,5,7)
4. SETMANA	Llenties amb patata Trita francesa Fruita	Arròs amb verdures Peix de llotja amb samfaina Fruita	Patata i bròcoli Pollastre rostit Fruita	Pasta bolonyesa Pizza margarita (7) Gelats (5,7)	INICI VACANCES MOLT BON ESTIU!!!!
5. SETMANA					

T'INFORMEM

- Cada dia amanida i pa integral
- Els iogurts proximitat i ECO.
- L'oli per amanir en cru és d'oliva verge. L'oli per cuinar és d'oliva.
- Proveïdor d'aviram és local amb etiqueta de benestar animal.
- Peix llotja blanc pesca sostenible.
- Vedella és ECO i de proximitat.
- Els dies 9/16 i 22 han estat escollits per l'alumnat de 6è de l'ESC Pau Claris (cuines del món).
- Pasta, farina i arrebossats sense gluten

www.mengemdaqui.cat

- 1 Gluten
- 2 Crustacis
- 3 Mol·luscs
- 4 Peix
- 5 Ous
- 6 Soja
- 7 Llet
- 8 Cacauets
- 9 Fruita seca
- 10 Fruita fresca



Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:

