

MES: OCTUBRE 2024

CENTRE EDUCATIU: IAUSA SENSE GLUTEN



1. SETMANA
2. SETMANA
3. SETMANA
4. SETMANA
5. SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DI VENDRES
30 Bròquil i patata Arròs amb tomàquet i ou dur (5) Poma ecològica	1 Cigrons guisats amb costelló Ous al forn amb tomàquet (7,5) logurt ecològic	2 Crema de xampinyons Bacallà amb samfaina (9) Prunes	3 Pasta sense gluten amb carbassó i ceba Daus de pollastre amb ceba i patates Nectarina	4 Llenties a la cassola amb moniato Croquetes sense gluten Fruita variada
7 Tavella amb patates Mandonguilles vegetals a la jardineria (6) logurt ecològic	8 Macarrons sense gluten amb salsa napolitana Filet de pollastre marinat amb llimona	9 Mongeta blanca guisada amb pernil Truita de patata i ceba (5) Plàtan	10 Arròs al forn Estofat de vedella ecològica amb xampinyons Pera	11 Crema de carbassó i poma Cua de lluç al forn (4) Fruita variada
14 Macarrons sense gluten a l'all amb i parmesà (7) Hamburguesa vegetal de soja (6) logurt Ecològic	15 Gratinat de patata amb formatge local (5,7) Pollastre arrebossat sense gluten (5) Pera	16 Crema de carbassa ecològica Arròs amb verdures Plàtan	17 Cigrons amb tomàquet Truita de carbassó i ceba (5) Poma ecològica	18 Tavella saltejada amb pernil Bacallà a la catalana (9) Fruita variada
21 Pasta sense gluten amb napolitana (6) Croquetes sense gluten Mandarina	22 Llenties amb verdures de temporada Filet de gallineta amb patata i ceba (4) logurt ecològic	23 Arròs de muntanya Truita a la francesa (5) Pera	24 Patata i pèsols Mandonguilles de porc i vedella amb bolets ecològica Poma ecològica	25 Cigrons amb verdures Gall d'indi rostit al forn (5) Fruita variada
28 Crema de porros i patata Arròs tres delícies (5) logurt ecològic	29 Pasta sense gluten amb salsa carbonara (7) Ous farcits amb tonyina maionesa (4,5,7) Poma ecològica	30 Trinxat de broquil Cuixa de pollastre rostit amb prunes Plàtan	31 Cigrons a la cassola Cua de lluç amb tomàquet (4) Mandarina	

T'INFORMEM

Amanim amb:
Oli verge extra d'oliva de la cooperativa de la Granadella, amanida verda cada dia.
Fruita ecològica d'Ecoladevesa, patates de Montant
L'aviram és de pollastres Guiu, Vedella Bruneta ecològica, pasta de proximitat i logurt de la Reula

www.mengemdaqui.cat

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



Menú elaborat amb l'assessorament de:

Organitza:

