



Menú sense gluten

Gener 2018

Cada dia se servirà entrant d'amanida amb 2 crudidets i pa elaborat amb farina semiintegral ecològica. Les nostres verdures, llegums, cereals, ous, làctics, el pollastre i la carn vermella són de producció ecològica. La nostra fruita és de producció integrada i/o ecològica. El peix fresc prové de la Ilotja de Vilanova.

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
-LLENTIES AMB NAPS I XIRIVIES -ARRÒS INTEGRAL AMB CARBASSA I PASTANAGA -IOGURT DE LA SELVATANA	-MILL AL FORN AMB FRUITS SECS -MANDONGUILLES AMB PASTANAGA I PÈSOLS -FRUITA	-SOPA DE PEIX AMB ARRÒS -BROQUETES DE GALL D'INDI AMB XAMPINYONS I PASTANAGA -FRUITA	-CREMA DE COLIFLOR I PORROS -BONÍTOL PETIT AL FORN AMB TOMÀQUETS I ALLETS -FRUITA	-SPAGUETTIS DE QUINOA AMB CANANA I ALLIOLI -TRUITA DE PASTANAGA I PORRO -FRUITA
15	16	17	18	19
-PATATA I BRÒQUIL AL VAPOR -GALL D'INDI AL FORN AMB MOSTASSA -FRUITA	-SOPA DE POLLASTRE AMB PISTONS DE QUINOA -SEITONS A L'ANDALUSA AMB BASTONETS DE PASTANAGA I NAP DAIKON -FRUITA	-CREMA DE CARBASSA AMB LLENTIES VERMELLES -PIZZA SENSE GLUTEN DE VERDURES I FORMATGE -IOGURT DE LA SELVATANA	-MILL AMB OLI D'ESPINACS -ESTOFAT DE VEDELLA -FRUITA	-CIGRONS AMB TAHINE (pasta de sèsam) -ARRÒS "3 DELÍCIES" amb porros, pastanaga, pèsols i trossets de truita -FRUITA
22	23	24	25	26
-CREMA DE PORROS I PATATA -FALAFEL CASOLÀ AMB PA DE PITTA SENSE GLUTEN, ENCIAM, TOMÀQUET, COGOMBRE I SALSA DE IOGURT -FRUITA	-SOPA DE PEIX AMB ARRÒS -TRUITA DE PORROS I ESPINACS -FRUITA	-LLENTIES AMB SOFREGIT DE VERDURES -MACARRONS DE QUINOA AMB SALSA DE REMOLATXA I TOMÀQUET -IOGURT DE LA SELVATANA	-CREMA D'API-RAVE -"FES LA TEVA ECO-BURGER": panet sense gluten, hamburguesa, tomàquet, enciam, cogombrets, ceba, germinats i formatge amb kethup casolà -FRUITA	-PATATA I COLIFLOR -BACALLÀ A LA LLAUNA AMB MONGETES SEQUES -FRUITA
29	30	31		
-PATATA I BLEDA -POLLASTRE "AL AJILLO" -FRUITA	-PAELLA DE SUQUET DE PEIX AMB CANANA -VERAT AL FORN AMB ALL I JULIVERT -FRUITA	-CREMA DE CARBASSA -SPAGUETTIS DE QUINOA AMB COSTELLA DE PORC I VERDURES -FRUITA		