



## MAIG 2017 SENSE GLUTEN

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Valor nutricional
FESTA	2 Espaguetis amb tomàquet S/G Contraeix de pollastre planxa amb patates rodes Fruita i pa	3 jornada americana Amanida verda americana E.I. Arròs amb tomàquet Hamburguesa de vedella a la planxa i patates fregides i ketchup Fruita i pa	4 Escudella catalana S/G Filet de llenguado enfarinat S/G amb enciam i blat de moro logurt natural i pa	5 Mongetes blanques estofades Trita de patates amb tall de formatge Fruita i pa	Kcal: 706 HC: 51% Prot: 23% Lip: 26%
8 Sopa d'au amb pistons S/G Mandonguilles a la jardineria S/G Fruita i pa	9 Crema d'espinaçs amb crostons Pollastre a l'ast amb xips Fruita i pa	10 Arròs tres delícies Cacò enfarinat amb enciam i brots de soja S/G làctic i pa	11 Cigrans saltats amb bacó Trita de carbassó i tomàquet natural Fruita i pa	12 Fideuà amb sèpia S/G Filet de lluç planxa amb all i julivert Fruita i pa	Kcal: 629 HC: 54% Prot: 25% Lip: 21%
15 Arròs amb tomàquet i tonyina Croquetes casolanes amb enciam i pastanaga ratllada Fruita i pa	16 Brou de peix amb estrelles S/G Rodó de gall dindi rostit amb verduretes Fruita i pa	17 Puré de carbassó amb crostons Salsitxes al forn S/G amb patates graten Fruita i pa	18 Tallarines a la carbonara S/G Contraeix de pollastre a la planxa amb enciam tricolor Fruita i pa	19 Llenties estofades amb sofregit Filet de palometa amb salsa de tomàquet làctic i pa	Kcal: 608 HC: 53% Prot: 26% Lip: 21%
22 Amanida de pasta tricolor S/G Llibrets de llom amb tomàquet natural Fruita i pa	23 Mongeta tendra i patata al vapor Caçó a la planxa amb enciam i pipes Làctic i pa	24 St Domenech canelons Cuixetes de pollastre al forn amb xips Fruita i pa	25 Llenties estofades Trita de carbassó amb tall de formatge Fruita i pa	26 Brou d'au amb pistons S/G Hamburguesa de vedella planxa amb puré de patata Fruita i pa	Kcal: 597 HC: 50% Prot: 26% Lip: 24%
29 Crema de carbassa Estofat de gall dindi amb patatetes S/G Fruita i pa	30 Macarrons al graten S/G Filet de llenguado enfarinat amb enciam tricolor Fruita i pa	31 Mongetes blanques estofades amb sofregit Pizza 4 estacions S/G Làctic i pa			Kcal: 670 HC: 57% Prot: 21% Lip: 22%

Menú revisat per: Josep Gou Gratacós  
Farmacèutic i nutricionista, col·legiat 12481 (CALITEC)

