

# MENÚ BASAL-SENSE GLUTEN

## SETMANA 1

### DILLUNS

DI: AMANIDA DE TOMÀQUET AMB FORMATGE  
LLENTIES ESTOFADES AMB BACÓ  
SO: ESPINACS A LA CATALANA  
SALSITXES AL FORN AMB PATATES AL VAPOR

### DIMARTS

DI: SALTEJAT DE VERDURES AMB PERNIL  
ABADEJO AMB PATATES XIPS  
SO: CREMA DE XAMPINYONS  
HAMBURGUESA AMB TOMÀQUET AL FORN

### DIMECRES

DI: SOPA DE TOMÀQUET  
CUIXES DE POLLASTRE AMB SALSITXA I MOSTASSA  
SO: SOPA DE FIDEUS (S/G)  
LLUÇ A LA PLANXA AMB SALTEJAT DE VERDURES

### DIJOUS

DI: AMANIDA DE CIGRONS AMB PIPIRRANA  
CROQUETES (S/G) DE POLLASTRE AMB DAUS D'ALBERGÍNIA  
SO: CREMA DE PORROS  
TRUITA DE PATATES AMB AMANIDA

### DIVENDRES

DI: ENSALADILLA RUSSA  
LLUÇ A LA PLANXA  
SO: SALTEJAT DE BRÒQUIL  
PERNIL DOLÇ I FORMATGE FRESC AMB PATATES XIPS

### DISSABTE

DI: MONGETES SEQUES AMB BOTIFARRA NEGRA  
CUIXES DE POLLASTRE AMB ROMANÍ  
SO: MINESTRA DE VERDURES  
OUS FARCITS AMB TONYINA

### DIUMENGE

DI: CREMA FREDA DE MELÓ AMB PERNIL  
CROQUETES (S/G) DE POLLASTRE  
SO: SOPA DE FIDEUS (S/G)  
PA (S/G) AMB PERNIL DOLÇ I FORMATGE FRESC

## SETMANA 2

DI: MACARRONS (S/G) AMB TOMÀQUET I BACÓ  
CUIXES DE POLLASTRE AL XILINDRÓ  
SO: SOPA DE VERDURES AMB PASTA (S/G)  
VENTRESCA DE LLUÇ EN SALSITXA I ALBERGÍNIA

DI: CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES  
FILET DE PORC AMB FARIGOLA  
SO: PANATXÉ DE VERDURES  
TRUITA FRANCESA D'ALLS TENDRES AMB AMANIDA

DI: ARRÒS A LA MARINERA  
LLUÇ A LA PLANXA  
SO: SALTEJAT DE BRÒQUIL  
LACÓ A LA CRIOLLA AMB PATATA PANADERA

DI: EMPEDRAT DE MONGETES SEQUES  
SALSITXES DE PORC AL VI  
SO: CREMA DE VERDURES  
REMANAT D'OU AMB FORMATGE

DI: ARRÒS TRES DELÍCIES  
LLUÇ A LA GALLEGA AMB TOMÀQUET  
SO: SOPA DE PICADA (S/G)  
PERNIL DOLÇ I FORMATGE FRESC AMB VERDURES  
SALTEJADES

DI: AMANIDA MIXTA CINTA DE LLOM A LA PLANXA  
SO: ENSALADILLA RUSSA  
FILET DE PIT DE POLLASTRE AMB SAMFAINA

DI: BRÒQUIL I PATATA SALTEJAT  
TRUITA FRANCESA  
SO: CREMA DE CARABASSÓ  
LLUÇ A LA DONOSTIARRA AMB XAMPINYONS  
SALTEJATS

## SETMANA 3

DI: AMANIDA DE FORMATGE I TOMÀQUET  
ESTOFAT DE CIGRONS AMB BACALLÀ I OU  
SO: SOPA CASTELLANA (S/G)  
LLUÇ AMB SALSITXA VERDA, ESPÀRRECS I PURÉ DE PATATA

DI: BRÒQUIL GRATINAT  
ESCALOPINS DE VEDELLA AMB ARRÒS SALTEJAT  
SO: CREMA DE PASTANAGA  
TRUITA DE PATATA AMB PA (S/G)

DI: AMANIDA DE LLENTIES AMB VINAGRETA DE MEL  
RAP A LA GREGA  
SO: SOPA DE FIDEUS (S/G)  
SALSITXES DE GALL D'INDI AMB PATATES AL VAPOR

DI: SALMOREJO (S/G)  
ARRÒS AMB TOMÀQUET, SALSITXA I OU  
SO: SALTEJAT DE MONGETES TENDRES  
LLENGUADINA AMB VINAGRETA DE CÍTRICS I TOMÀQUET AL FORN

DI: MACARRONS (S/G) AMB TOMÀQUET I XORIÇO  
LLUÇ A LA PLANXA  
SO: ENSALADILLA RUSSA  
WOK DE VERDURES  
SALTEJADES AMB POLLASTRE

DI: MELÓ AMB PERNIL  
HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA I PÈSOLS  
SO: PANATXÉ DE VERDURES  
TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA

DI: GRAELLADA DE VERDURES  
ARRÒS NEGRE  
SO: SOPA BULLABESSA (S/G)  
TORRADA (S/G)  
D'ESCALIVADA

## SETMANA 4

DI: ENSALADILLA RUSSA  
CUIXES DE POLLASTRE A L'ALL AMB XAMPINYONS  
SO: SOPA D'AU AMB FIDEUS (S/G)  
TRUITA DE PATATES AMB SALTEJAT DE PÈSOLS

DI: CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES  
HAMBURGUESA AMB ALBERGÍNIA  
SO: PANATXÉ DE VERDURES  
PERNIL DOLÇ I FORMATGE FRESC AMB MONIATO

DI: AMANIDA D'ARRÒS  
LLUÇ A LA PLANXA  
SO: CREMA DE PORROS  
PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA

DI: CREMA DE MELÓ AMB PERNIL  
BOTIFARRA AMB MONGETES SEQUES  
SO: BLEDES AMB PATATA  
LLUÇ AL FORN AMB CARABASSÓ  
SALTEJAT

DI: ARRÒS AMB VERDURES  
VERAT EN OLI DE LLIMONA I CARXOFES  
SO: CREMA DE XAMPINYONS  
TRUITA CAMPEROLA AMB AMANIDA

DI: AMANIDA CAMPEROLA  
PIT DE POLLASTRE AL XILINDRÓ  
SO: MINESTRA DE VERDURES  
AMANIDA AMB FORMATGE FRESC

DI: GASPATXO (S/G)  
FRICANDÓ DE VEDELLA AMB BOLETS  
SO: SOPA MINISTRONE AMB PASTA (S/G)  
PA (S/G) AMB TOMÀQUET I EMBOTIT

**ESMORZAR:** CAFÈ/LLET SEMI/INFUSIÓ. MAGDALENES (s/g)/GALETES (s/g)/TORRADA (s/g) AMB MANTEGA I MELMELADA o OLI I TOMÀQUET/FRUITA.

**BERENAR:** GALETES (s/g)/MAGDALENES (s/g). CAFÈ/LLET/INFUSIONS. **POSTRES:** FRUITA TEMPORADA/POMA AL FORN/IOGURT.

D'ACORD AMB EL MODEL ACP S'OFEREIX ELECCIÓ LLIURE EN L'ESMORZAR I EL BERENAR.

