

MENÚ BASAL- SENSE GLUTEN

*LA PASTA SERVIDA EN AQUEST MENÚ ÉS SENSE GLUTEN (S/G)

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DISSABTE

DIUMENGE

SETMANA 1

D: LLENTIES AMB
ARRÒS
RAP AMB SALSA DE
TOMÀQUET
S: CREMA DE
VERDURA
TRUITA D'ESPINACS
AMB PA (S/G) AMB
TOMÀQUET

D: AMANIDA DE
PASTA*
POLLASTRE AL
XILINDRÓN
S: SOPA
MINISTRONE*
CROQUETES (S/G)
AMB AMANIDA

D: CIGRONS AMB
ESPINACS
MANDONGUILLES A
LA JARDINERA (S/G)
S: CREMA DE
PASTANAGA
LLUÇ AL FORN AMB
XAMPINYONS

D: SOPA DE
TOMÀQUET
FIDEUÀ* AMB ALLIOLI
S: BROU DE
POLLASTRE AMB
PISTONS*
TRUITA FRANCESA
AMB PA (S/G) AMB
TOMÀQUET

D: ARRÒS A LA
CUBANA
GALLINETA AMB
CARABASSÓ
S: MONGETA
TENDRA AMB
PATATA
PERNIL DOLÇ I
FORMATGE FRESC

D: AMANIDA
RUSSA
POLLASTRE AMB
PRUNES
S: SOPA DE CARN
AMB PASTA*
SALSITXES AL
FORN AMB CEBA

D: CAPRESSE DE
TOMÀQUET AMB
FORMATGE FRESC
CANELONS (S/G) DE
CARN
S: CREMA DE
CARABASSÓ
PA (S/G) AMB
TOMÀQUET I EMBOTIT

SETMANA 2

D: PÈSOLS
SALTEJATS AMB
PERNIL DOLÇ
LLUÇ A LA LLIMONA
S: SOPA DE PEIX I
PASTA*
CROQUETES (S/G)
AMB VERDURES

D: ARRÒS 3 DELÍCIES
AMB SALSA ROSA
POLLASTRE A
L'ALLET AMB PEBROT
S: BRÒQUIL AMB
PATATES
SANDWICH (S/G)
VEGETAL
AMB OU DUR

D: AMANIDA DE
FORMATGE FRESC I
CONDONY
BOTIFARRA AMB
MONGETES SEQUES
S: MONGETA TENDRA
A LA MADRILENYA
FILET DE GALL AMB
VERDURES

D: SOPA DE
TOMÀQUET
ARRÒS DE MARISC
S: SALTEJAT
MEDITERRANI
HAMBURGUESA DE
POLLASTRE AMB
FORMATGE I CEBA

D: MACARRONS*
GRATINATS
ESTOFAT DE VEDELLA
(S/G)
S: BROU DE
POLLASTRE AMB
PISTONS*
LLUÇ AL FORN AMB
TOMÀQUET

D: EMPEDRAT DE
CIGRONS
POLLASTRE AL
FORN
S: CREMA DE
PASTANAGA
TRUITA DE PATATA
AMB ENCIAM

D: GRAELLADA DE
VERDURES AMB
ROMESCO
FIDEUÀ* AMB ALLIOLI
S: CONSOMÉ AMB
PASTA*
PA (S/G) AMB
TOMÀQUET I
EMBOTITS

SETMANA 3

D: PASTA* AMB
VERDURES
POLLASTRE AMB
CARXOFA AL
FORN
S: CREMA DE
PÈSOL
TONYINA I
PEBROT VERMELL

D: SOPA DE
TOMÀQUET
PEUS/ESTOFAT DE
PORC (S/G)
S: BROU DE
POLLASTRE AMB
PASTA*
TRUITA DE
CARABASSÓ AMB
TOMÀQUET AMANIT

D: AMANIDA DE
MONGETA
BLANCA
CUETES DE RAP
S: SOPA DE CEBA
PA (S/G) AMB
PERNIL DOLÇ I
FORMATGE FRESC

D: ENTREMÈS
ARRÒS DE
MUNTANYA
S: CREMA
D'ESPÀRRECS
DAUS DE GALL
D'INDI SALTEJATS
AMB VERDURES

D: AMANIDA DE
PATATA
LLUÇ AL FORN AMB
XAMPINYONS
S: MINISTRA DE
VERDURES*
TRUITA DE PERNIL
DOLÇ AMB PA (S/G)
AMB TOMÀQUET

D: COLIFLOR AL
GRATEN (S/G)
MANDONGUILLES A
LA JARDINERA (S/G)
S: BROU DE PEIX
AMB PASTA*
LLUÇ A LA PLANXA
AMB AMANIDA

D: ESPÀRRECS
BLANCS AMB
PERNIL I MAIONESA
CANELONS DE CARN
(S/G)
S: CREMA DE
VERDURES
PA (S/G) AMB
TOMÀQUET I
EMBOTITS

SETMANA 4

D: LLENTIES AMB
VERDURES
POLLASTRE A LA MEL
I MOSTASSA AMB
BRÒQUIL
S: MONGETA TENDRA
AMB PATATA
LLUÇ A LA PLANXA
AMB PEBROT VERD

D: AMANIDA
D'ESPIRALS*
ABADEJO AMB
VERDURES
S: SOPA DE
POLLASTRE AMB
FIDEUS*
TRUITA DE TONYINA
AMB XAMPINYONS

D: XATONADA
POLLASTRE AL FORN
AMB TOMÀQUET
S: CREMA DE
VERDURES
CROQUETES (S/G)
DE CARN/BOLETS
AMB TOMÀQUET
AMANIT

D: AMANIDA
TROPICAL
PAELLA MIXTA
S: SOPA
MINISTRONE*
LLUÇ AL FORN I
VERDURES

D: SALTEJAT
CAMPESTRE
ESTOFAT DE SÈPIA I
PÈSOLS
S: COLIFLOR
SALTEJADA AMB
ALLET
TRUITA FRANCESA
AMB PA (S/G) AMB
TOMÀQUET

D: AMANIDA DE
CIGRONS
FILET DE GALL EN
SALSA VERDA
S: BROU DE PEIX
AMB PASTA*
POLLASTRE AL
FORN AMB
AMANIDA

D: ESPINACS AMB
PANSES I CEBA
FIDEUÀ* A LA CASSOLA
AMB CARN
S: CREMA DE
PASTANAGA
TONYINA I PEBROT
VERMELL AMB PA (S/G)
AMB TOMÀQUET

ESMORZAR: CAFÈ/EKO AMB LLET/SUC/INFUSIÓ/GELATINA. GALETES/MAGDALENES/PA/BISCOTS (S/G) amb MARGARINA i MELMELADA/PERNIL DOLÇ o SALAT/FORMATGE/FRUITA.

BERENAR: SUC/GALETES (S/G)/LLET/GELATINA.

POSTRES: IOGURT/FRUITA/POSTRES DE LA CASA(S/G): arròs amb llet, poma al forn, etc.

D'ACORD AMB EL MODEL ACP S'OFEREIX ELECCIÓ LLIURE A L'ESMORZAR I BERENAR I UNA SEGONA OPCIO AL DINAR SEGONS PREFERÈNCIA DE L'USUARI.