

FEBRER

CURS 2020-2021

CELÍAC-S/LACTOSA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis d'arròs napolitana · Truita s/lactosa de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	2 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Escalopa s/gluten de pollastre* amb amanida d'enciams i pipes · Postre de soja 	3 <ul style="list-style-type: none"> · Mill amb verdures · Guisat de carn magra* de porc amb pastanaga i patata · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de porros amb crostonets s/gluten · Lassanya s/gluten de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel s/gluten i s/lactosa · Fruita del temps 	5 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Fruita del temps
8 <ul style="list-style-type: none"> · Gratinat de pastanaga, bleda i patata amb formatge s/lactosa · Pollastre* guisat amb poma i curri · Fruita del temps 	9 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs guisat amb ceba i pastanaga · Hamburguesa s/gluten s/lactosa de vedella* amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	10 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons d'arròs amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Fruita del temps 	Dijous Gras 11 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del Carai i patata saltada amb all i julivert · Truita s/lactosa de salsitxes* amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	12 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro amb crostonets · Pizza s/gluten hortolana amb verdures i tomàquet gratinada amb formatge s/lactosa · Postre de soja
15 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	16 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies amb truita s/lactosa · Escalopa s/gluten de pollastre* amb amanida d'enciams i pipes · Postre de soja 	17 <ul style="list-style-type: none"> · Lleties guisades amb verdures · Truita s/lactosa de patata amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	18 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons d'arròs marcianos amb beixamel de beguda de civada · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Fruita del temps 	19 <ul style="list-style-type: none"> · Escudella complerta Sopa de pasta d'arròs · Pilota s/gluten ni lactosa, verdures i cigrons · Fruita del temps
22 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis d'arròs a la carbonara vegetal s/lactosa · Truita s/lactosa d'espínacs amb amanida d'enciams i remolatxa · Postre de soja 	23 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciam i poma · Fruita del temps 	24 <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb arròs · Ales de pollastre ecològic cruixents amb quètxup artesà · Fruita del temps 	25 <ul style="list-style-type: none"> · Pastís s/lactosa de patata, salsa de tomàquet, ou dur i olives · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten amb amanida · Fruita del temps 	26 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i porros · Croquetes s/gluten i s/lactosa de mill i verdures · Fruita del temps

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Tots els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un *. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a www.ecomenja.com. A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos.

**El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana així com la seva preparació i guarnició a www.ecomenja.com.