

Comunitat Dominiques E.s/gluten DV

Març

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

		1 Crema carbassó Esc Llom de porc al forn amb amanida Fruita i pa s/traces	2 Pasta s/gluten carbonara Esc Peix al forn amb amanida logurt ECO i pa s/traces	3 Cigrons amb espinacs Esc Contra c. pollo al allet Esc amb amanida Fruita i pa s/traces
6 Pasta s/gluten a/tomàq. i xampis Croquetes s/gluten amb amanida Fruita i pa s/traces	7 Tricolor de verdures Pit de pollastre planxa amb amanida Fruita i pa s/traces	8 Arròs amb verdures Esc Salsitxes de porc a la planxa amb amanida Fruita i pa s/traces	9 Crema bròquil-pastan. Lluç a/samfaina logurt ECO i pa s/traces	10 Mongetes b. estofades Esc Truita de tonyina amb amanida Fruita i pa s/traces
13 Crema verdures Esc Estofat vedella a/verd** Esc Fruita i pa s/traces	14 Llenties estofades Truita francesa amb amanida Fruita i pa s/traces	15 Sopa de pasta s/gluten** Gall S.Pere arrebossat s/gluten amb amanida Fruita i pa s/traces	16 Arròs amb samfaina Esc Pernilets pollastre forn amb amanida logurt ECO i pa s/traces	17 Mongetes verdes i patata Gall dindi al forn amb amanida Fruita i pa s/traces
20 Minestra de verdures Pollastre arreb. s/gluten** amb amanida Fruita i pa s/traces	21 Cigrons estofats Esc Truita de patata i ceba amb amanida Fruita i pa s/traces	22 Arròs amb tomàquet Estofat g.dindi a/verdu ** Fruita i pa s/traces	23 Pasta s/gluten napolitana Lluç marinera Esc logurt ECO i pa s/traces	
27 Sopa de pasta s/gluten** Truita de carbassó amb amanida Fruita i pa s/traces	28 Patates amb espinacs Esc Llom a la portuguesa Fruita i pa s/traces	29 Arròs milanesa Esc Pollastre al forn amb amanida Fruita i pa s/traces	30 Mongetes pintes estofades Esc Bacallà arrebossat s/gluten amb amanida logurt ECO i pa s/traces	31 Amanida enciam i tomàquet Hamburguesa mixta amb patates xips Natilles i pa s/traces

LA FRUITA SERÀ DE TEMPORADA I PROXIMITAT

Els nostres menús estan revisats per dietistes-nutricionistes col·legiats (núm. CAT 000874 i núm. CAT 001899) i corresponen a les recomanacions de la Generalitat de Catalunya per una alimentació saludable des de la primera infància.

Els nostres menús estan elaborats amb oli d'oliva i amb aliments de proximitat.

En el cas dels llegums, arròs i pasta, a més, són de producció ecològica certificada pel CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica).

Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral.

Els al·lèrgens es troben indicats a les fitxes tècniques.