

# MARÇ – Menú SENSE GLUTEN

## DILLUNS

(\*): en l'elaboració dels plats adaptats no s'utilitzen espessants o condiments que puguin contenir al·lèrgens

**05**  
Bròquil al vapor amb patata i oli d'oliva  
Pit de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i quinoa  
Iogurt La Fageda

**12**  
Macarrons SENSE GLUTEN amb salsa de tomàquet, SENSE TOFU NI SEITÀ (\*)  
Llom de lluç al forn amb xampinyons saltats  
Fruita del temps

**19**  
Arròs integral saltat amb xampinyons, daus de truita i pernil cuït  
Filet de lluç arrebossat AMB MAIZENA amb salsa de tomàquet SENSE LLOSER (\*)  
Fruita del temps

## DIMARTS

**Fruita del temps disponible:**  
poma Golden, poma Royal Gala, pera Conference, pera Blanquilla, plàtan, taronja, mandarina i kiwi.

**06**  
Fideus SENSE GLUTEN a la cassola amb verdures i daus de llonganissa SENSE LLOSER (\*)  
Filet de lluç al forn amb ceba i pastanaga  
Fruita del temps

**13**  
Escudella de cigrons i pasta SENSE GLUTEN (\*)  
PIT DE GALL D'INDI ARREBOSSAT AMB MAIZENA amb amanida d'enciam i olives  
Fruita del temps

**20**  
Patata bullida amb bledes ecològiques  
Hamburguesa de tonyina amb ceba caramelitzada i amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita del temps

## DIMECRES

**07**  
Cigrons ecològics guisats amb verdures i alga Kombu (\*)  
Hamburguesa de conill amb enciam i blat de moro  
Fruita del temps

**14**  
Arròs amb xampinyons, pernil cuït i ou dur  
Caçó al forn amb samfaina  
Gelatina

**21**  
Cigrons ecològics amb espinacs (\*)  
Llonganissa a la planxa amb tomàquet amanit  
Fruita del temps

## DIJOUS

**01**  
Fesols ecològics estofats amb verdures i alga Kombu SENSE LLOSER (\*)  
PIT DE POLLASTRE ARREBOSSAT AMB MAIZENA amb enciam i blat de moro  
Fruita del temps

**08**  
Sopa de brou amb PASTA SENSE GLUTEN (\*)  
Bacallà ARREBOSSAT AMB MAIZENA amb salsa de tomàquet SENSE LLOSER (\*)  
Fruita del temps

**15**  
Llenties ecològiques guisades amb verdures SENSE LLOSER (\*)  
Truita de patata i espinacs amb tomàquet amanit  
Fruita del temps

**22**  
Purè de carbassó, porro i pastanaga (\*)  
Salmó al forn amb lliit de patata i ceba  
Fruita del temps

## DIVENDRES

**02**  
Purè de carbassó i pastanaga amb ceba i porro (\*)  
Truita de patata i ceba amb tomàquet amanit  
Fruita del temps

**09**  
Arròs a la cubana amb tomàquet i ou dur (\*)  
Estofat de vedella amb verdures, SENSE FARINA (\*)  
Fruita del temps

**16**  
Mongeta verda perona amb patata i oli d'oliva  
Pit de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita del temps

**23**  
ARRÒS CALDÓS AMB BROU DE PEIX, SÈPIA I MUSCLOS  
Cuixa de pollastre al forn amb patates xips  
Flam La Fageda

