

Escola Arnau Cadell S/Lactosa, Gluten i Cacauets

Desembre'19

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Macarrons s/gluten amb tomàquet s/formatge Hamburguesa de vedella s/lactosa i s/gluten al forn amb amanida d'enciam, pastanaga i sèsam Fruita	3 Cigrons estofats amb carbassa i porro Truita de ceba i patata amb amanida d'enciam, pastanaga i olives Fruita	4 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Estofat de gall d'indi s/gluten amb salsa Fruita	5 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	6 FESTA
9 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Estofat de vedella s/gluten amb bolets Fruita	10 Llenties estofades amb verdures Salsitxes s/lactosa i s/gluten al forn amb ceba i llorer Fruita	11 Espaguetis s/gluten a la carbonara s/lactosa Truita de ceba i carbassó amb amanida d'enciam, pastanaga i sèsam Fruita	12 Crema de coliflor amb crostons s/gluten Pollastre al forn amb ceba i patates Fruita	13 Arròs amb tomàquet Calamars a l'andalusa s/gluten amb amanida d'enciam, nap i sèsam Iogurt
16 Macarrons s/gluten amb verdures Ous durs amb salsa de tomàquet i tonyina Fruita	17 Arròs amb verdures Escalopa de vedella s/gluten amb amida d'enciam, nap i olives Fruita	18 Crema de carbassa amb crostons s/gluten Botifarra s/lactosa i s/gluten al forn amb amanida d'enciam, tomàquet i panses Fruita	19 Llenties estofades Peix fresc al forn amb amanida d'enciam, pastanaga i llavors de gira-sol Fruita	20 Sopa amb galets s/gluten Pollastre a la catalana Torrans i neules s/lactosa, gluten i cacauets
23	24	25	26	27

BON NADAL!!!

Menús elaborats pel dietista **Gabor Smit**

PEIX FRESC (lluç, bonítol, bacallà, maires...) **LA VERDURA, LA FRUITA, ELS LLEGUMS, ELS CEREALS I L'OLI D'OLIVA** que serveixen son ecològics i de proximitat; **EL POLLASTRE I EL IOGURT** són de pastura