

MENÚ JUNY 2025 ESCOLA CATALUNYA

SENSE GLUTEN

DILLUNS 2 Crema de verdures amb crostons Macarrons sense gluten amb bolonyesa de soja Fruita de temporada	DIMARTS 3 Arròs amb sofregit de ceba i tomàquet Calamars a la romana sense gluten amb amanida d'enciam, blat de moro i tomàquet Fruita de temporada	DIMECRES 4 Bledes amb patates Mandonguilles a la jardinera Fruita de temporada	DIJOUS 5 Cigrons estofats Truita de patates amb amanida d'enciam, cogombre i olives Iogurt	DIVENDRES 6 Ensaladilla rusa Fingers de pollastre sense gluten amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita de temporada
DILLUNS 9 Guisat de llenties amb pastanaga i porro Fingers vegetals sense gluten amb amanida Fruita de temporada	DIMARTS 10 Tricolor de verdures Llom amb ceba caramelitzada Fruita de temporada	DIMECRES 11 Espaguetis sense gluten amb tomàquet i alfabrega Lluç a la basca Fruita de temporada	DIJOUS 12 Sopa sense gluten de verdures Contracuixa de pollastre amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Iogurt	DIVENDRES 13 Arròs melós de peix Truita francesa amb amanida d'enciam, blat de moro i cogombre Fruita de temporada
DILLUNS 16 Macarrons sense gluten a la carbonara Abadejo al forn amb all i julivert i verduretes Fruita de temporada	DIMARTS 17 Mongeta tendre amb patates Botifarra al forn amb samfaina Fruita de temporada	DIMECRES 18 Cigrons estofats Fingers sense gluten amb amanida d'enciam, pastanaga i cogombre Fruita de temporada	DIJOUS 19 Vichyssoise Pernilets de pollastre al forn amb amanida d'enciam, blat de moro i olives Iogurt	DIVENDRES 20 ☺ Amanida de pasta sense gluten amb tomàquet, olives i pastanaga ☼ Pizza sense gluten ☼ Gelats

SI DINEM LLEGUMS O FÈCULES
PODEM SOPAR VERDURES CUITES
HORTALISSES CRUES

SI DINEM OUS
PODEM SOPAR FÈCULES

SI DINEM CARNS
PODEM SOPAR OUS O PEIX

SI DINEM PEIX
PODEM SOPAR CARNS O OUS

SI DINEM FRUITA
PODEM SOPAR LÀCTICS O FRUITA

SI DINEM LÀCTICS
PODEM SOPAR FRUITA

Fruita de temporada: pero, poma, plàtan, mandarina, taronja. Acompanyament de pa. Amanides amb oli d'oliva. Els àpats són de consum diari.
Temperatura conservació plat calent: 63°C. Temperatura conservació plat fred: 8°C.
MENÚ ELABORAT SEGONS DIRECTRIUS DE LA GENERALITAT DE CATALUNYA. MENÚ CONSENSUAT AMB AFA.
Els menús estan realitzats i revisats per la Sonia Villegas i la Marta Codina, DIETISTES - NUTRICIONISTES col·legiades CAT00096

