

FEBRER

CURS 2016-2017

CELÍAC

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|--|---|
| | | | 1 | 2 |
| | | <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb verdures · Croquetes de mill arrebossades amb farina de cigró i amanida d'enciams · logurt | <ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de bleda, carbassa i patata gratinat · Maires arrebossades amb farina de cigron amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies · Mandonguilles s/gluten amb salsa · Fruita del temps |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porros amb crostonets de pa s/gluten · Pollastre guisat amb poma i curri · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons d'arròs a la napolitana · Carn magra arrebossada amb farina de cigró i amanida d'enciams · logurt | <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del ganxet guisada amb verdures · Truita de patates amb amanida d'enciams i pipes de girasol · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Lluç al forn amb ceba i patata · logurt amb mel | <ul style="list-style-type: none"> · Escudella completa Sopa de pasta s/gluten · Pilota s/gluten, verdures i cigrons · Fruita del temps |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb verdures · Fricandó de vedella arrebossat amb farina de cigro amb xampinyons i patata · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern amb crostonets de pa s/gluten · Lassanya s/gluten de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel s/gluten · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis d'arròs a la carbonara · Bacallà al forn amb ceba i tomàquet · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de col i patata amb oli d'all · Escalopa de pollastre arrebossada amb farina de cigro i amanida d'enciams · logurt | <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de calçots i amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps |
| 20 | 21 | 22 | Dijous Gras 23 | 24 |
| <ul style="list-style-type: none"> · Fideus d'arròs a la cassola amb sèpia · Llom a la planxa amb salsa de ceba i amanida d'enciams i pastanaga · logurt | <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de pasta s/gluten · Pilota de vedella s/gluten amb salsa de peres · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb ceba i patata · Croquetes de mill i verdures arrebossades amb farina de cigró amb amanida · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb costelló, verdures i formatge · Truita de butifarra s/gluten i alguna mongeta del ganxet amb amanida · logurt | <ul style="list-style-type: none"> · Crema de porros amb "kikos" mòlts · Pizza s/gluten de tomàquet, pernil dolç i mozzarella · Fruita del temps |
| 27 | 28 | | | |
| <p>FESTA DE LLIURE</p> <p>DISPOSICIÓ</p> | <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral amb verdures · Salsitxes s/gluten amb tomàquet i patates xips · Fruita del temps | | | |

Tots els plats estan elaborats per les cuineres del centre, Sandra, Lourdes i Dolors, a partir d'ingredients frescos, ecològics, de proximitat i de temporada. Les amanides es fan amb enciams variats i altres ingredients segons temporada: cogombre, tomaquet, olives, pastanaga, remolatxa, pipes de girasol, sèsam torrat, llavors de lli i germinats.

Menús elaborats i revisats per Joan Maria Ribas Framis i Gabor Smit (ADITEC: 0009)