

Juny 2024

ESCOLA CARLIT

MENÚ SENSE GLUTEN*

*menú amb pa sense gluten


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 MACARRONS SENSE GLUTEN AMB SOFREGIT DE VERDURES ECOLÒGIQUES TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	4 BLEDA AMB PATATA PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES DE GIRA-SOL FRUITA DEL TEMPS	5 EMPEDRAT DE LLEGUM (LLENTIA S/GLUTEN) CROQUETES S/GLUTEN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	6 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	7 FESTA SURFERA AMANIDA SURFERA (S/GLUTEN) HAMBURGUESA AMB PATATES XIPS GELAT
10 MINISTRA DE VERDURES CASOLANA FIDEUÀ SENSE GLUTEN MARINERA (SENSE PREPARAT) FRUITA DEL TEMPS	11 RISOTTO DE BOLETS CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LES FINES HERBES AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	12 LLENTIES SENSE GLUTEN DE L'ÀVIA TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	13 AMANIDA DE PATATA, TONYINA I OLIVES PEIX FRESC SEGONS MERCAT A LA LLI MONA SENSE GLUTEN AMB ENCIAM I PASTANAGA I OGURT AMB COMPOTA DE POMA	14 PURÉ DE CARBASSÓ I PASTANAGA SALSITXES DE PAGÈS A LA PLANXA AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS
17 AMANIDA ARRÒS TRUITA DE CARBASSÓ ECOLÒGIC AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	18 BRÓCOLI AMB PATATA POLLASTRE AL XILINDRÓN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	19 CREMA DE LLEGUMS I VERDURES (LLENTIA SENSE GLUTEN) MARMITAKO DE PEIX FRUITA DEL TEMPS	20 AMANIDA RUSSA LLOM ROSTIT AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	21 MENÚ DE FINAL DE CURS SENSE GLUTEN

Les fruites del temps són: albercoc, préssec, síndria, nectarina, meló, pruna,... Descobreix-les totes [aquí](#)
Ús d'oli d'oliva per cuinar i oli d'oliva verge per amanir. Oli de gira-sol alt oleic per fregir.
Ús de sal iodada per cuinar.
Carn i Pollastre produïts a Catalunya
Peix fresc de les llotja de Palamós, varietats com: seitó, maira, canana,...
Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.
Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.



Bon estiu a tothom!!



 www.comacasamenjadors.cat

 [@comacasa.menjadorscolars](https://www.instagram.com/comacasa.menjadorscolars)



Un cop al mes, unes postres casolanes