



MENÚ SENSE GLUTEN MARÇ 2019

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTA

4

Arròs a la cassola amb verdures
Pit de pollastre arrebossat amb tomàquet, espàrrecs i olives verdes
Fruita de temporada

5

Cigrons ECOLÒGICS guisats amb sèpia **(MOL-LUSC)**
Truita a la francesa amb enciam, col i olives negres **(OU)**
Fruita de temporada

6

Macarrons sense gluten amb salsa de tomàquet i tonyina **(SOJA)**
Suprema de lluç al vapor amb tomàquet, panís i olives verdes **(PEIX)**
Fruita de temporada

7

Crema de verdures **(LLET, SOJA, SULFITS)**
Cuixa de xai amb patates rosses
Fruita de temporada

8

Sopa de brou de carn amb pasta sense gluten **(SOJA)**
Cassoleta de rap i gambes amb salsa verda **(PEIX, CRUSTACI, SULFITS, FRUITS SECS)**
logurt LLET NOSTRA **(LLET)**

11

Llenties ECOLÒGIQUES guisades amb verdures
Cuixa de conill amb salsa de bolets **(SULFITS)**
Fruita de temporada

12

Arròs a la cassola amb peix **(PEIX)**
Truita d'espínacs amb tomàquet, espàrrecs i olives verdes **(OU)**
logurt CASA SIBILLÓ **(LLET)**

13

Bledes amb patata al vapor
Mandonguilles de vedella sense gluten amb salsa de tomàquet **(SULFITS)**
Fruita de temporada

14

Patates estofades amb calamarcets **(MOL-LUSC)**
Filet de gall dindi a la planxa amb enciam, pastanaga i olives negres
Fruita de temporada

15

Espaguetis sense gluten amb julianna d'hortalisses **(SOJA)**
Llom de bacallà al vapor amb mongeta verda saltada **(PEIX)**
Fruita de temporada

18

Mongeta verda i patata al vapor
Llonganissa a la planxa amb tomàquet, panís i olives verdes **(SOJA)**
Fruita de temporada

19

Espirals sense gluten amb salsa bolonyesa **(SOJA)**
Filet de salmó amb hortalisses al vapor **(PEIX)**
Fruita de temporada

20

Mongeta blanca ECOLÒGICA guisada amb bacallà **(PEIX)**
Truita de patata i ceba amb enciam, remolatxa i olives negres **(OU)**
Fruita de temporada

21

Sopa de brou de peix amb fideus sense gluten **(SOJA, PEIX)**
Pernilets de pollastre al forn amb pèsols i pastanaga saltats
logurt EL PASTORET **(LLET)**

22

Arròs blanc amb salsa de tomàquet i ou dur **(OU)**
Filet de lluç al vapor amb enciam, pebrot roig i olives negres **(PEIX)**
Fruita de temporada

25

Arròs amb bolets i formatge **(SULFITS, LLET)**
Pit de pollastre a la planxa amb enciam, espàrrecs i olives negres
Fruita de temporada

26

Minestra de verdures
Vedella rostida amb salsa de xampinyons **(SULFITS)**
logurt LLET NOSTRA **(LLET)**

27

Llenties ECOLÒGIQUES guisades amb verdures i arròs
Filet de carboner amb ceba i tomàquet confitats **(PEIX)**
Fruita de temporada

28

Fideuà de peix sense gluten **(SOJA, PEIX, CRUSTACI, MOL-LUSC, SULFITS)**
Truia de carbassó amb tomàquet, pastanaga i olives verdes **(OU)**
Fruita de temporada

29 Taula descoberta: Illes Balears

Coca de trampó sense gluten **(OU, LLET, SULFITS)**
Guisat de peix **(PEIX)**
Postre especial sense gluten



Treballem amb productes de proximitat i proveïdors de confiança: verdures i fruites de **L'HORTA DE LLEIDA**, llegums i cereals **ECOLÒGICS**, hamburgueses **FRESKIBO**, carns **SARGAIRE**, **FONCARN** i **CARNISSERIA LENY**, iogurts **CASA SIBILLÓ**, **EL PASTORET** I **LLET NOSTRA**, oli d'oliva verge extra **COOP. L'ALBAGÉS**

Segons el RD 126/2015 especificuem i destaquem els 14 al·lèrgens de declaració obligatòria en els menús. Els menús adaptats a al·lèrgies o intoleràncies poden contenir traces d'al·lèrgens i contaminacions creuades ja que no s'elaboren en instal·lacions independents.



Oficines: 973 197 365 - 609 183 845



celmirandaslu@gmail.com



Santa Maria, 16 - 25660 Alcoletge