

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Diplomada en Nutrición Humana y Dietética
Cristina López Hernández
Nº de Colegiada:
CAT000304 

04

Crema tèbia de porros
Pollastre al forn amb patates fregides
Fruita de temporada + Pa sense gluten

05

Arròs a la milanesa (sense gluten)
Filet de bacallà al forn amb enciam, ceba,
olives i llavors
Fruita de temporada ecològica + Pa sense
gluten

06

Mongetes tendres amb patata al vapor
Salsitxes (sense gluten) amb enciams variats i
blat de moro
Fruita de temporada + Pa sense gluten

07

Tirabuixons (sense gluten) amb tomàquet
Ous gratinats amb formatge (sense gluten)
logurt natural Ametller + Pa sense gluten

08

Patates amb carbassó, pastanaga i porro
Contraçuixa de gall dindi amb amanida de
tomàquet natural i oli d'oliva
Fruita de temporada + Pa sense gluten

11

Pèsols amb patata al vapor
Ventresca de lluç al forn amb ceba, porro i col
tendra
Fruita de temporada + Pa sense gluten

12

FESTIU

13

Tallarines (sense gluten) amb tomàquet, ceba
i pebrot verd
Contraçuixa de gall dindi a la planxa amb
carbassó i albergínia
Fruita de temporada + Pa sense gluten

14

Risotto de xampinyons
Truita francesa amb enciam, faves, ceba i
tomàquet amb oli d'oliva
logurt natural Ametller + Pa sense gluten

15

Hummus amb "picos" sense gluten i dips de
pastanaga
Estofat de vedella a la jardinera i patates dau
Fruita de temporada + Pa sense gluten

18

Amanida de patata, ceba, pebrot, olives i
tonyina
Llom a la planxa amb enciam, pastanaga i
blat de moro
Fruita de temporada + Pa sense gluten

19

Crema tèbia de pastanaga i crostons sense
gluten
Salmó a la planxa amb amanida de
tomàquet, ceba i oli d'oliva
Fruita de temporada ecològica + Pa sense
gluten

20

Espaguetis (sense gluten) al pesto
Contraçuixa de pollastre a la planxa amb
enciams variats i olives
Fruita de temporada + Pa sense gluten

21

Paella mixta
Truita francesa amb amanida de pebrot verd
i vermell i blat de moro
logurt natural Ametller + Pa sense gluten

22

Amanida de cigrons amb verdures fresques i
vinagreta suau d'all
Salsitxes de gall dindi (sense gluten) al forn
amb xampinyons
Fruita de temporada + Pa sense gluten

25

Bròquil amb patates saltejat amb ceba
Pollastre al forn amb verdures
Fruita de temporada + Pa sense gluten

26

Empedrat de mongetes blanques
Truita de patata amb amanida de
pastanaga, ceba, pebrot vermell i oli d'oliva
Fruita de temporada ecològica + Pa sense
gluten

27

Arròs a la milanesa (sense gluten)
Filet de lluç a la planxa amb enciam,
tomàquet i remolatxa
Fruita de temporada + Pa sense gluten

28

Crema tèbia de carbassa amb formatge
ratllat
Cigrons estofats amb verdures
logurt natural Ametller + Pa sense gluten

29

Macarrons (sense gluten) amb sofregit de
verdures i tomàquet natural
Croquetes de carn d'olla (sense gluten) amb
enciams variats i daus de pa sense gluten
Fruita de temporada + Pa sense gluten