

ABRIL

CURS 2016-2017

CELÍAC

DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES	
3		4		5		6		7	
<ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Hamburguesa de conill amb amanida d'enciams i pipes de girasol · Fruita del temps 		<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons d'arròs napolitana · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i olives · Formatge amb codonyat 		<ul style="list-style-type: none"> · Hummus amb bastonets de pa s/gluten i pastanaga · Llom a la planxa amb pastanaga i tomàquet · Fruita del temps 		<ul style="list-style-type: none"> · Sopa de fideus d'arròs · Maires arrebossades amb farina de cigró i amanida d'enciams i pastanaga · logurt 		<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures amb crostonets de pa s/gluten · Lassanya s/gluten de carns gratinada amb beixamel s/gluten · Fruita del temps 	
10		11		12		13		14	
VANCANCES DE		VANCANCES DE		VANCANCES DE		VANCANCES DE		VANCANCES DE	
SETMANA SANTA		SETMANA SANTA		SETMANA SANTA		SETMANA SANTA		SETMANA SANTA	
17		18		19		20		21	
<p>VANCANCES DE SETMANA SANTA</p>		<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb tomàquet · Truita de patates amb amanida d'enciams i pastanaga · logurt 		<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai guisada amb patata i verdures · Pollastre al curri amb poma · Fruita del temps 		<ul style="list-style-type: none"> · Trinxat col i patata amb oli d'alls · Escalopa de vedella arrebossada amb farina de cigró amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 		<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis d'arròs napolitana · Bacallà al forn amb ceba tomàquet · Fruita del temps 	
24		25		26		27		28	
<ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies · Bistec vedella a la planxa amb amanida d'enciams i germinats · logurt 		<ul style="list-style-type: none"> · Escudella completa sopa de fideus d'arròs · Pilota s/gluten, verdures i cigrons · Fruita del temps 		<ul style="list-style-type: none"> · Llenties guisades amb ceba i patata · Llom a la planxa amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 		<ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de bleda, pastanaga i patata gratinat · Fricandó de vedella arrebossat amb farina de cigró i xampinyons · logurt amb mel 		<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons d'arròs amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Croquetes de lluç s/gluten amb amanida d'enciams i sèsam torrat · Fruita del temps 	

Tots els plats estan elaborats per les cuineres del centre, Sandra, Lourdes i Loli, 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)