

ESCOLA CAMINS - LES FRANQUESES DEL VALLÈS

JUNY

CURS 2017-2018

CELÍAC



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1
				<ul style="list-style-type: none"> · Sopa de galets s/gluten · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Fruita del temps
	4	5	6	7
<ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de bleda, pastanaga i patata amb oli d'all · Hamburguesa de pollastre i amanida d'enciams amb tomàquet · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons d'arròs a la napolitana · Truita de carbassó i amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies · Peix de llotja segons les millors captures** cuinat s/gluten · Batut de plàtan 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures amb crostonets de pa s/gluten · Lassanya s/gluten de llenties i arròs integral amb beixamel s/gluten · Fruita del temps 	8 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida russa amb lactonesa · Llom a la planxa amb amanida d'enciams i llavors de sèsam · Fruita del temps (Dinar Especial Comiat 6è)
	11	12	13	14
<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de pasta s/gluten amb olives, pastanaga, i tomàquet · Llom a la planxa amb amanida d'enciams i llavors · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix** amb fideus s/gluten · Pollastre al curri amb poma · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema freda de carbassó · Carn magra arrebossada amb farina de cigró amb amanida d'enciams i olives · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Hummus amb bastonets de s/gluten · Peix de llotja segons les millors captures** cuina s/gluten · Fruita del temps 	15 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral amb verdures · Truita de patates amb amanida d'enciams i carbassó ratllat · Fruita del temps
	18	19	20	21
<ul style="list-style-type: none"> · Mill amb verdures · Butifarra* al forn amb amanida d'enciams i sèsam · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Llenties guisades amb patata i verdures · Truita de formatge amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis d'arròs napolitana · Peix de llotja segons les millors captures** · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Pilota s/gluten de vedella al forn amb salsa de poma · Fruita del temps 	22 <ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'arròs amb olives, pastanaga, tomàquet i tonyina** · Pizza s/gluten de pernil dolç, verdures, tomàquet i mozzarella* · Gelat*

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Tots els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un *. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a www.ecomenja.com. A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos.

**El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana així com la seva preparació i guarnició a www.ecomenja.com.

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