

# ESCOLA CAMINS - LES FRANQUESES DEL VALLÈS

JUNY

CURS 2017-2018

**CELÍAC**



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

\* 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](http://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](http://www.ecomenja.com).

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