MENÚS MAIG AL·LÈRGIES

COL·LEGI SAGRAT COR DIPUTACIÓ

CATERINGCASANOVAS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
B	27	28	29	30	1
	mongeta tendra i patata bacallà arrebossat amb enciam i olives fruita	arròs a la cassola truita a la francesa amb tomàquet amanit fruita	crema de carbassa pollastre rostit al forn amb patates fruita	macarrons a la crema botifarra de porc amb amanida i pastanaga iogurt	amanida verda complerta llenties estofades fruita
C	4	5	6	7	8
	macarrons a la napolitana lluç al forn amb amanida fruita	crema de carbassó mongetes saltejades amb pernil dolç i allets fruita	bròquil amb patates pit de pollastre arrebossat amb patates fruita	arròs amb tomàquet i oli d'oliva llom a la planxa amb amanida i olives iogurt	amanida amb cous cous de verdures truita a la francesa amb tomàquet amanit fruita
D	11	12	13	14	15
	mongeta tendra i patates mandonguilles de cigrons i pollastre amb salsa fruita	macarrons a la napolitana lluç al forn amb amanida fruita	amanida verda complerta pollastre a la cassola amb patates fruita	cigrons saltats amb allets escalopa de llom amb enciam i blat de moro iogurt	sopa de caldo amb pistons truita de carbassó i patata amb enciam i pastanaga fruita
E	18	19	20	21	22
	pèsols amb patates truita a la francesa amb enciam i pastanaga fruita	espirals a la bolonyesa rap al forn amb enciam i olives fruita	arròs tres delícies estofat de gall d'indi amb verdures fruita	sopa de verdures pollastre rostit al forn amb enciam i tomàquet iogurt	crema de verdures llenties amb arròs integral fruita
A	25	26	27	28	29
	arròs amb tomàquet i oli d'oliva truita de patates amb enciam i pastanaga fruita	sopa de verdures cigrons saltats amb allets fruita	mongeta tendra i patata cuixetes de pollastre al forn amb enciam i olives fruita	crema de porros bistec rus amb amanida iogurt	macarrons a la napolitana filet de lluç al forn amb enciam i blat de moro fruita

Aquest menú ha estat supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatología.

"

AL·LÈRGIES I INTOLERÀNCIES:

CELIAQUIA: els plats amb gluten són adaptats per productes sense gluten, o substituïts per un altre: canelons tradicionals per canelons per a celíacs de pollastre i tomàquet , el peix o carn la mateixa sense arrebossar o arrebossada sense gluten, i les croquetes, crestes per peix amb témpora, i el bistec rus per hamburguesa.

LLET: s'adapten els plats sense llet, excepte la beixemel dels canelons per canelons de pollastre amb tomàquet. Les croquetes, crestes per peix amb témpora. El iogurt per fruita. Si un producte porta llet pot ser eliminat sense ser subtituït i es manté el plat.

Apunts del cuiner: totes els llegum són secs i remullats a la cuina. Les mandonguilles no són fregides i fetes al forn per evitar un excés d'olis. Els arrebossats tipus "romana", o les "escalopes" de pollastre o llom són fets per nosaltres a la cuina, així com les carns adobades o el bistec rus, i s'usa el forn per evitar els fregits. Les botifarres, salsitxes i hamburgueses són fetes per un obrador artesà, només tenen carn, sal i pebre. Les cremes, brous, caldos, pizza, així com salses de tota mena com: beixemel, tomàquet, bolonyesa, samfaina, napolitana, o sofregits també són fetes cada dia a la cuina de l'escola. Les amanides tenen oli d'oliva.