



CATALUNYA

Març 2010

Sense gluten

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
Arròs a la cubana Peix planxa amb espàrrecs i pastanaga Fruita	Sopa de pasta sense gluten Filet de pollastre a la planxa amb patates Fruita	Llenties guisades Hamburguesa de vedella sense gluten a la planxa amb enciam i blat de moro Iogurt	Verdura tricolor (coliflor, pastanaga i mongeta tendra) Llom rostit amb bresa Fruita	Macarrons sense gluten amb tomàquet Mero al forn amb salsa verda sense gluten Fruita
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Tallarines sense gluten a l'anglesa Truita francesa amb formatge sense gluten i enciam Fruita	Panaché de verdures Bistec de magra a les fines herbes amb enciam i blat de moro Iogurt	Sopa de pasta sense gluten Pollastre al forn amb patates xips Fruita	Arròs a la cassola amb verdures Salsitxes sense gluten de porc amb amanida Fruita	Cigrons guisats amb verdures Filet de lluç a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Macarrons sense gluten a la bolonyesa Filet d'abadejo amb enciam i pebrot vermell Fruita	Mongetes tendres amb patates Filet de pollastre a la planxa amb tomàquet provençal Iogurt	Sopa de pasta sense gluten Mandonguilles mixtes sense gluten amb bolets variats Fruita	Mongetes blanques amb all, julivert i bacó sense gluten Llonza de porc al forn amb enciam i ceba Fruita	Arròs tres delícies Peix planxa amb amanida Fruita
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Sopa de pasta sense gluten Pit de gall dindi a la planxa amb amanida Fruita en almívar	Galets sense gluten amb tomàquet Estofat de vedella a la jardinera Fruita	Patates guisades amb costella i pèsols Truita d'espínacs amb amanida Fruita	Crema de carbassó natural Llom a la planxa i formatge gratinat sense gluten Iogurt	Llenties amb arròs Lluç a la planxa amb amanida i olives Fruita



La nostra empresa sotmet a congelació el peix que vagi a ser consumit cru o poc fet, segons estableix el R.D. 1420/2006