

SENSE GLUTEN: SETEMBRE



Dilluns 16	Dimarts 17	Dimecres 18	Dijous 19	Divendres 20
Arròs amb tomàquet *Fingers de pollastre (sense gluten, ou i llet) amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Mongeta tendra, patata i pastanaga Rodó de vedella al forn amb xampinyons Fruita de temporada	Crema de carbassa Gall dindi estofat amb verdures Fruita de temporada	Arròs amb peix Filet de lluç menier (suc de llimona, mantega vegetal i all) amb enciam i moro Iogurt	Cigrons estofats amb patata i pastanaga Truita a la francesa/ Truita de carbassó (a elecció del centre) amb enciam i olives Fruita de temporada
Dilluns 23	Dimarts 24	Dimecres 25	Dijous 26	Divendres 27
Arròs amb verdures Pollastre a la llimona amb enciam i olives Iogurt	Crema de verdures de temporada Ous amb patates i tomàquet al forn Fruita de temporada	Bròquil i patata Mandonguilles a la jardinera (patata, pastanaga i pèsols) Fruita de temporada	Pasta sense gluten amb tomàquet i formatge Pit de pollastre a la planxa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Pèsols i patates *Barretes de peix (sense gluten, ou i llet) amb amanida Fruita de temporada
Dilluns 30				
Lenties amb patata, pastanaga i tomàquet Llom a la planxa amb guarnició Fruita de temporada				



Productes de proximitat i/o ecològics (verdures, fruita, llegums, làctics).

Les postres làctiques són elaborades per la cooperativa d'inserció sociolaboral de la Garrotxa.

Utilitzem oli d'oliva per cuinar i amanir i oli de gira-sol alt oleic per fregir.

La cuina es reserva el dret a fer un canvi a últim moment, avisant per e-mail als centres.

En compliment del Reglament núm. 1169/2011 (UE) sobre la informació alimentària facilitada al consumidor, La Vostra Cuina disposa de la informació sobre els al·lèrgens dels aliments que componen els menús que s'elaboren.

Plat calent: Temperatura de conservació $\geq 65^{\circ}\text{C}$. Es manté calent a l'armari fins al moment de servir-ho.

Plat fred: Temperatura de conservació $\leq 8^{\circ}\text{C}$. Es manté a la nevera fins al moment de servir-ho.

Tot el menjar és per a consum immediat.