



# Alimentació Escolar Saludable

## DIETA SENSE GLUTEN

## FEBRER 2020

## CIBUS

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
3	4	5	6	7
VERDURA DE TEMPORADA TRES COLORS  CAP DE LLOM AMB POMA I PANSES (sense gluten)  1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	SALTAT DE LLENTIES I VERDURES (sense gluten)  FILET DE GALL DINDI AMB ENCIAM, API I BLAT DE MORO  IOGURT NATURAL/2 PA	ARRÒS (sense gluten) AMB SALSA DE TOMÀQUET  LLUÇ AL FORN AMB CARBASSÓ I PASTANAGA  1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	BLEDES FRESQUES AMB PATATES  CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE  1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	ESPIRALS (sense gluten) AMB VERDURETES (pastanaga, ceba i pebrot)  OU DUR AMB VERDURES I PATATES (tallades a "tacos") (sense gluten)  1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA
10	11	12	13	14
CREMA DE PÈSOLS (sense gluten)  MANDONGUILLES (sense gluten) AMB AMANIDA TRES COLORS  1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	MONGETA TENDRA SALTADA AMB PERNIL (sense gluten)  PERNILETS DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM, PASTANAGA I COL LLOMBARDA  1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	ESPAGUETIS (sense gluten) AMB SALSA DE TOMÀQUET I FORMATGE  TRUITA D'ESPINACS AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES  1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	LLENTIES DE PROXIMITAT ESTOFADES (sense gluten)  FILET DE GALL DINDI (sense gluten) AMB ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES  IOGURT NATURAL/2 PA	SOPA DE VERDURES AMB ARRÒS (sense gluten)  FILET DE RAP AMB ALBERGÍNIA ARREBOSSADA CASOLANA (sense gluten)  1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA
17	18	19	20	21
MACARRONS ECOLÒGICS A LA ITALIANA (sense gluten)  GALL DINDI A LA PLANXA AMB ENCIAM, TOMÀQUET I FORMATGE  1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	ARRÒS AMB VERDURES (sense gluten)  LLUÇ AMB SALSA BASCA OU DUR I PÈSOLS (sense gluten)  IOGURT NATURAL/2 PA	SOPA D'AU AMB VERDURES (sense gluten)  POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM TRES COLORS  1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	MEZCLUM DE LLEGUMS DE PROXIMITAT AMB VERDURES (sense gluten)  TRUITA DE FRANCESA AMB ENCIAM, SOJA I OLIVES  1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	CREMA DE VERDURES FRESQUES DE TEMPORADA  ESTOFAT DE VEDELLA AMB PATATES I PASTANAGA (sense gluten)  1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA
24	25	26	27	28
CIGRONS DE PROXIMITAT ESTOFATS AMB COL I PASTANAGA (sense gluten)  LLIBRETS CASOLANS DE GALL DINDI (sense gluten) AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES  1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	SOPA MINISTRONE AMB PASTA (sense gluten)  ESPATLLA DE PORC ROSTIDA AMB VERDURES (sense gluten)  1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	ESTOFAT DE PATATES AMB CARXOFES I CLOÏSSES (sense gluten)  BACALLÀ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I BLAT DE MORO  1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA	ARRÒS A LA CASSOLA (sense gluten)  POLLASTRE AL FORN AMB SALTAT DE LLENTIES AMB VERDURETES (sense gluten)  IOGURT NATURAL/2 PA	RIGATONI AMB SALSA DE TOMÀQUET I FORMATGE (sense gluten)  TRUITA JARDINERA AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA  1 FRUITA DE TEMPORADA/ 2 PA



### ALIMENT CONVIDAT DEL MES:

## LLENTIES

CIBUS 2000 COL·LECTIVITATS, S.L. Avinguda Ferreria, 86-88, 08110 Montcada i Reixac (Barcelona) - Telèfon: 935.647.101 [www.totsataula.net](http://www.totsataula.net); [comercial@totsataula.net](mailto:comercial@totsataula.net)

### LLEGENDA

1 FRUITA I VERDURA DE TEMPORADA  
2 PA SENSE GLUTEN

3 SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA (sofregit de tomàquet i ceba)

PASTA I ARREBOSSATS SENSE GLUTEN

### LLEGENDA

LA PERSONA RESPONSABLE DE L'ELABORACIÓ DELS PLATS HA DE VERIFICAR QUE ELS MENÚS D'AL·LÈRGIES I INTOLÈRANCIES ALIMENTÀRIES NO CONTENEN CAP PRODUCTE PRECUINAT, CONDIMENTAT, ARREBOSSAT COMERCIAL O QUALSEVOL ALTRE QUE PUGUI CONTENIR ELS AL·LÈRGENS I/O ALIMENTS NO PERMESOS