


MENÚ SENSE LACTOSA MARÇ 2020 – AMPA ESCOLA PERE TORRENT

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 Amanida d'enciam amb tomàquet i tonyina (4,12) Arròs integral amb lleties i verdures Fruita de temporada	3 Quinoa amb verdures Hamburguesa de vedella amb ceba (12) Macedònia de fruita	4 Sopa de pasta integral (1) Truita de formatge sense lactosa amb enciam i blat de moro (3) Fruita de temporada	5 Pèsols saltejats Filet de peix al forn amb ceba, pebrot i patata (4) Fruita de temporada	6 MENÚ POLONIA "Salatka jarznowa" (3) "Kotlet schabowy" amb patates al forn (1,3) Làctic sense lactosa
9 Puré de carbassó Barretes de lluç arrebossat amb enciam i pastanaga (1,3,4,12) Fruita de temporada	10 Amanida d'enciam amb tomàquet i olives (12) Arròs a la cassola Fruita de temporada	11 Minestra de verdura Filet de peix a la planxa amb tomàquet amanit (4) logurt natural sense lactosa	12 Amanida d'enciam amb blat de moro i cogombre (12) Macarrons integrals a la bolonyesa (12) Fruita de temporada	13 Mongetes blanques i patates Salsitxes de pollastre amb ceba i carbassó saltejats Fruita de temporada
16 Sopa de pasta integral (1) Truita de carbassó amb enciam i olives (3) Fruita de temporada	17 Amanida d'enciam amb pebrot i pastanaga (12) Filet de peix al forn amb verdures (4) logurt begut natural sense lactosa	18 Lleties amb verdures Broquetes de gall d'indi amb enciam i cogombre (12) Macedònia de fruita	19 Arròs tres delícies (2,3) Sípia saltejada amb enciam i tomàquet amanit (12,13) Fruita de temporada	20 FESTIU
23 Tomàquet i cogombre amanit Espaguetis integrals a la carbonara sense lactosa (1) Fruita de temporada	24 Puré de pastanaga Filet de peix amb salsa (2,4,13) Fruita de temporada	25 Cigrons amb espinacs Cuixes de pollastre al forn amb xampinyons Fruita de temporada	26 Amanida d'enciam amb alvocat i olives (12) Arròs amb salsa de tomàquet natural i mandonguilles Fruita de temporada	27 Verdura bullida Filet de peix arrebossat amb tomàquet i alvocat amanit (1,3,4,12) logurt natural sense lactosa
30 Faves saltejades amb pernil Truita de patates amb cogombre i tomàquet amanit (3,12) Macedònia de fruita	31 Amanida d'enciam amb blat de moro i pastanaga (12) Fricandó amb arròs integral saltejat Fruita de temporada	 <p>1 2 3 4 5 6 7 CONTÉ GLUTÈN CRUSTACIS OUS PEIX CACAUETS SOJA LÀCTICS 8 9 10 11 12 13 14 FRUITS DE CLOSCA API MOSTASSA GRANS DE SESAM DIÒXID DE SOFRE I SULFITS MOLLUSCS TRAMÚS</p>		