

# MENU SENSE GLUTEN ESCOLA CAN BESORA · SETEMBRE 2021

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
30	31	1	2	3
6	7	8	9	10
<b>CELEBREM EL NOU CURS!!</b> -Macarrons S/GLUTEN amb salsa de tomàquet i carbassó -Hamburguesa de vedella amb amanida -Fruita 	-Amanida russa casolana amb verat -Truita d'albergínia i carbassó amb amanida -Fruita	-Cigrons saltats amb verdures d'estiu -Arròs integral amb samfaina -Fruita	<b>MENÚ DE BENVINGUDA A P3</b> -Crema de carbassó -Pernilet de pollastre amb patates, pastanaga i xampinyons al forn -Crema de xocolata 	-Amanida d'arròs i verdures amb olives -Bacallà amb musselina d'alls i amanida de tomàquet
-Crema de carbassó i mongeta tendra -Estofat de vedella amb grapat de mill -Fruita	-Arròs amb porros, xampinyons i pastanaga -Truita d'albergínia i pebrots amb amanida -Fruita	-Fideus de peix S/GLUTEN amb allioli casolà -Falafel casolà -Iogurt 	-Trinxat de verdures d'estiu -Peix fresc s/mercat -Fruita 	-Llenties estofades -Pernilet de pollastre amb verdures al forn -Fruita
-Fusillis S/GLUTEN amb samfaina -Botifarra al forn amb amanida -Fruita	-Crema de verdures -Arròs a la cubana amb ou dur -Fruita	-Patata i mongeta tendra -Pollastre al forn amb amanida de tomàquet i cogombre -Fruita	-Amanida de llenties amb olives i cogombrets -Peix fresc s/mercat amb crudités de pastanaga -Fruita 	1



Menú de festa



Peix fresc de costa

Menú elaborat per Vatua l'Olla i revisat per Gemma Oña (dietista col·legiada núm. CAT/00719)

Cada dia se servirà pa del Forn Prats de Mollet.

Les nostres verdures i fruita són de producció ecològica i de proximitat.

Els iogurts i els ous són frescos i de producció ecològica i de proximitat

La carn vermella té la certificació IGP "Vedella dels Pirineus Catalans". El peix fresc prové de les costes del Mediterrani del Cantàbric.

Cuinem i amanim amb oli d'oliva arbequina de les comarques de Tarragona. El sucre és de canya i de comerç just

**PODEU CONSULTAR LA PREVISIÓ DE PEIX FRESC I DE FRUITA AL NOSTRE WEB**

[www.vatualolla.cat](http://www.vatualolla.cat)

**VATUA**  
**L'OLLA**  
 cuina escolar