



ESCOLA MARE DE DÉU DE LA SOLETAT SALESIANES DE SANT ANDREU SENSE GLUTEN



Ditxós és el mes de desembre, que entra amb llardons i surt amb torrons

Ja tenim el Nadal a taula!
És el moment perfecte per a gaudir d'un bon menjar en família.

Uns dies abans de Nadal, a moltes llars, el pessebre ja està decorat amb noves figures, s'ha col·locat el riu, els Reis mags, els pastorets i les ovelles...

A més dels regals, el Nadal té un fort component gastronòmic:
Tota la família es reuneix al voltant d'una taula per a gaudir d'un menjar, gairebé sempre abundant, on no pot faltar l'escudella, la carn d'olla, el pollastre rostit, les neules, els torrons, el vi i el cava.

Aquests exquisits menjars casolans poques vegades es tornen a repetir al llarg de l'any. Sovint, les sobretaulas del dia de Nadal es perllonguen fins al sopar.

I després de Nadal, és hora d'esperar als reis mags i despertar amb la il·lusió que ens portaran els regals que vam demanar a la nostra carta. Si no ens portem bé, els reis poden portar-nos carbó.

Feliç nadal i bon profit!

Dilluns 2 Patates saltades amb pernil i formatge Truita francesa amb amanida (tomàquet, cogombre i blat de moro) Fruita del temps	Dimarts 3 Fabada asturiana (mongetes blanques amb xoriço i botifarra negra) (*) Lluç a la planxa amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	Dimecres 4 (*) Macarrons sense gluten amb tomàquet, ceba i formatge Pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i pipes de girasol) Fruita del temps	Dijous 5 Arròs 3 delícies (pèsols, pastanaga i truita) Bacallà amb tomàquet i amanida (enciam i olives) logurt	Divendres 6 <h2>FESTIU</h2>
Dilluns 9 Llenties amb arròs Truita de formatge amb amanida de pastanaga ratllada i col llombarda Fruita del temps	Dimarts 10 (*) Espinacs a la crema (beixamel sense gluten) Llom adobat al forn amb patates fregides Fruita del temps	Dimecres 11 Sopa de picadillo (arròs, ou dur i pernil) (*) Pollastre arrebossat (sense gluten) amb amanida (enciam, tomàquet i pipes de girasol) Fruita del temps	Dijous 12 (*) Pasta sense gluten a la carbonara (nata, ceba i xampinyons) Marmitako de tonyina logurt	Divendres 13 Crema de carbassa Botifarra d'au amb amanida (tomàquet, cogombre i blat de moro) Fruita del temps
Dilluns 16 Patates estofades amb hortalisses (porro i pastanaga) (*) Llom a la planxa amb amanida (enciam romana, tomàquet i blat de moro) Fruita del temps	Dimarts 17 Puré de carbassó (*) Mandonguilles mixtes (sense gluten) amb sofregit de tomàquet i timbal d'arròs Fruita del temps	Dimecres 18 Cigrons saltats amb bacó Truita de patates amb amanida (enciam, pastanaga olives) Fruita del temps	Dijous 19 Arròs a la cassola amb verdures (carbassó i carbassa) Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (tomàquet, cogombre i blat de moro) Fruita del temps	Divendres 20 <h2>MENÚ DE NADAL</h2> (*) Sopa de galets sense gluten amb pilota sense gluten Pollastre al forn amb panses i prunes (*) Turró sense gluten i refrescs



Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar
Empresa certificada ISO 9001.

* Tenim al seu abast el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat a la seva disposició a l'escola

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religios