



# MENÚ SENSE GLUTEN SENSE CARN GENER 2021



## DILLUNS

4

FESTA

## DIMARTS

5

FESTA

## DIMECRES

6

FESTA

## DIJOUS

7

FESTA

## DIVENDRES

8

Mongeta verda amb patata  
Filet de lluç amb carxofes saltades (PEIX)  
Fruita de temporada

11

Arròs a la cassola amb bolets i formatge (SULFITS, LLET)  
Mossec de soja amb enciam, pastanaga i olives negres (SOJA)  
Fruita de temporada

12

Cigrons ECOLÒGICS guisats amb amb verdures  
Filet de carboner al vapor amb salsa de tomàquet (PEIX)  
logurt CASA SIBILLÓ (LLET)

13

Patates estofades amb calamarcets (MOL-LUSC)  
Lluç al vapor amb tomàquet, panís i olives verdes  
Fruita de temporada

14

Crema de verdures (LLET,SOJA,SULFITS)  
Mossec de soja amb mongeta blanca saltada (SOJA)  
Fruita de temporada

15

Espaguetis sense gluten amb juliana de verdures (SULFITS)  
Filet de lluç amb enciam i olives negres (PEIX)  
Fruita de temporada

18

Llenties ECOLÒGUIQUES guisades amb verdures i arròs  
Llom d'abadejo amb ceba confitada (PEIX)  
Fruita de temporada

19

Bledes saltejades amb patata al vapor  
Mossec de soja amb salsa de tomàquet (SOJA)  
Fruita de temporada

20

Sopa de brou de vegetal amb pasta sense gluten (SOJA)  
Filet de lluç forn amb enciam, col i olives negres  
Fruita de temporada

21

Macarrons ECO sense gluten amb sals pesto de nous (LLET,FRUITS SECS)  
Truita a la francesa (OU)  
Fruita de temporada

22

Crema de carabassa (LLET, SOJA,SULFITS)  
Salmó amb hortalisses al vapor (PEIX)  
logurt LES OBAGUES (LLET)

25

Arròs blanc amb salsa de tomàquet i tonyina (PEIX)  
Filet de gallineta al vapor amb enciam, remolatxa ratllada i olives negres (PEIX)  
Fruita de temporada

26

Minestra de verdures  
Lluç al vapor amb salsa  
Fruita de temporada

27

Mongeta blanca ECOLÒGICA guisada amb hortalisses  
Filet de bacallà al vapor amb tomàquet,espàrrecs i olives verdes (PEIX)  
Fruita de temporada

28

Sopa de brou de peix sense gluten (SOJA,PEIX)  
Mossec de soja amb pèsols (SOJA)  
logurt LLET NOSTRA (LLET)

29

Fideuà sense gluten amb sèpia, gambes i musclos (PEIX, SOJA, SULFITS)  
Truita de carbassó amb enciam, pastanaga i olives negres (OU)  
Fruita de temporada



Treballem amb productes de proximitat i proveïdors de confiança: verdures i fruites de **L'HORTA DE LLEIDA**, llegums i cereals **ECOLÒGICS**, hamburgueses **FRESKIBO**, carns **SARGAIRE**, **FONCARN** i **CARNISSERIA LENY**, iogurts **CASA SIBILLÓ**, **EL PASTORET**, **LLET NOSTRA** i **LES OBAGUES**, oli d'oliva verge extra **COOP. DE L'ALBAGÉS**

Segons el RD 126/2015 especifiquem i destaquem els 14 al·lèrgens de declaració obligatòria en els menús. Els menús adaptats a al·lèrgies o intoleràncies poden contenir traces d'al·lèrgens i contaminacions creuades ja que no s'elaboren en instal·lacions independents.



**Oficina: 973 197 365 - 609 183 845 Comandes cuina: 973 197 537**



**mn\_catering@hotmail.com - celmirandaslu@gmail.com**



**Santa Maria, 16 - 25660 Alcoletge**

**MN Càtering**