



MENÚ SENSE GLUTEN I SENSE CARN MARÇ 2020

Celmiranda
S.L.U

DILLUNS

2

Mongeta verda amb patata al vapor
Truita a la francesa amb enciam, col i olives negres (OU)
Fruita de temporada

DIMARTS

3

Arròs a la cassola amb verdures
Filet d'abadejo al vapor amb salsa de tomàquet (PEIX)
Fruita de temporada

DIMECRES

4

Cigrons ECOLÒGICS guisats amb sèpia (MOL•LUSC)
Truita d'espínacs amb tomàquet, panís i olives verdes (OU)
Fruita de temporada

DIJOUS

5

Macarrons sense gluten amb salsa de tomàquet (SOJA)
Suprema de lluç a la parrilla amb enciam, pastanaga i olives negres (PEIX)
logurt LLET NOSTRA (LLET)

DIVENDRES

6

Crema de bròquil i pastanaga (LLET, SOJA, SULFITS)
Rodanxa de mussola al vapor amb salsa de xampinyons (PEIX, SULFITS)
Fruita de temporada

9

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

10

Patates estofades amb rap (PEIX)
Mossec de soja amb tomàquet, panís i olives verdes (SOJA)
logurt CASA SIBILLÓ (LLET)

11

Mongeta blanca ECOLÒGICA guisada amb hortalisses
Truita de patata i ceba amb enciam, col i olives negres (OU)
Fruita de temporada

12

Espinacs saltats amb patata al vapor
Rodanxa de mussola al vapor amb salsa de bolets (PEIX, SULFITS)
Fruita de temporada

13

Sopa de brou vegetal amb pasta sense gluten (SOJA)
Truita a la francesa amb pèsols i pastanaga al vapor (OU)
Fruita de temporada

16

Llenties ECOLÒGIQUES guisades amb verdures i arròs
Mussola al vapor amb enciam i olives negres (PEIX)
Fruita de temporada

17

Espaguetis sense gluten al pesto de nous (SOJA, LLET, FRUITS SECS)
Truita de carbassó amb enciam, col i olives negres (OU)
Fruita de temporada

18

Crema de verdures (LLET, SOJA, SULFITS)
Hamburguesa de lluç i gambes FRESKIBO amb tomàquet, espàrrecs i olives verdes (PEIX, CRUSTACIS, LLET)
Fruita de temporada

19

Arròs a la cassola amb verdures
Llom de bacallà amb hortalisses al vapor (PEIX)
logurt LLETÈRIA LES OBAGUES (LLET)

20

Minestra de verdures
Truita a la francesa amb xampinyons (OU, SULFITS)
Fruita de temporada

23

Espirals amb xampinyons (LLET, SULFITS)
Filet de gallineta al vapor amb enciam, pastanaga i olives negres (PEIX)
Fruita de temporada

24

Cigrons ECOLÒGICS guisats amb bacallà (PEIX)
Truita a la francesa amb tomàquet, panís i olives verdes (OU)
Fruita de temporada

25

Arròs a la cassola amb bolets i formatge (LLET, SULFITS)
Filet de carboner amb salsa de tomàquet (PEIX)
Fruita de temporada

26

Crema de carbassó i porro amb daus de pa torrat (LLET, SOJA, SULFITS)
Mossec de soja amb carxofa saltada (SOJA)
Fruita de temporada

TAULA DESCOBERTA ÀFRICA 27

Mongeta verda amb patata
Hamburguesa de llenties i menta (TRACES LLET, OU, PEIX, CRUSTACI, SOJA, SULFITS, MOL•LUSC)
Postre especial sense gluten

30

Bledes saltades amb patata al vapor
Suprema de lluç amb pèsols i pastanaga (PEIX)
Fruita de temporada

31

Sopa de brou de peix amb fideus sense gluten (SOJA, OU, PEIX)
Truita a la francesa amb enciam, pebrot roig 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 especificuem 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