

## SENSE GLUTEN NOVEMBRE

## Dilluns

## Dimarts

## Dimecres

## Dijous

## Divendres



1



4



5

622 Kcal 24,55 Gr 0,00 AGS 26,29 Prot 71,94 HC

Arròs a la cassola

Remenat d'ou 3

Enciam i tomàquet

Pa sense gluten 3-8T-9T-12T

logurt natural 2

logurt natural 2

12 573 Kcal 20,42 Gr 0,00 AGS 14,57 Prot 76,64 HC

Crema de carbassa i mongeta seca 13

Truita de carbassó i patata 3

Enciam i pastanaga ratllada

Pa sense gluten 3-8T-9T-12T

Fruita

19 647 Kcal 26,57 Gr 0,00 AGS 36,50 Prot 59,18 HC

Bròquil i patata

Llom a la planxa

Verdures guarnició

Pa sense gluten 3-8T-9T-12T

Fruita

26 559 Kcal 21,04 Gr 0,00 AGS 12,26 Prot 74,13 HC

Crema de carbassó

Truita de patates i ceba 3

Enciam i olives negres

Pa sense gluten 3-8T-9T-12T

Fruita

6

428 Kcal 9,13 Gr 0,00 AGS 29,55 Prot 55,15 HC

Caldo d'au amb pasta sense gluten i ou

8T-10

Pit de pollastre a la planxa

Enciam

Pa sense gluten 3-8T-9T-12T

Fruita

13 730 Kcal 18,64 Gr 0,00 AGS 29,38 Prot 109,32 HC

Pasta sense gluten i ou amb tomàquet

8T

Aletes de pollastre al forn

Enciam i tomàquet

Pa sense gluten 3-8T-9T-12T

Fruita

20 605 Kcal 19,22 Gr 0,00 AGS 13,34 Prot 92,41 HC

Pasta sense gluten i ou amb salsa a

escollir 8T

Peix fresc al forn 4

Enciam i pastanaga ratllada

Pa sense gluten 3-8T-9T-12T

logurt natural 2

27 633 Kcal 15,86 Gr 0,00 AGS 34,94 Prot 85,40 HC

Paella de peix 4-5-6-13

Gall d'indi a la planxa

Enciam i blat de moro

Pa sense gluten 3-8T-9T-12T

Fruita

7

647 Kcal 30,90 Gr 0,00 AGS 26,15 Prot 62,07 HC

Coliflor i patata

Hamburguesa de vedella i porc a la

planxa 13

Enciam i olives negres

Pa sense gluten 3-8T-9T-12T

Fruita

14 778 Kcal 32,23 Gr 0,00 AGS 20,83 Prot 99,05 HC

Cigrons amb patata i oli d'oliva

Croquetes d'espinaques casolanes(sense

al·lèrgens) 3

Enciam i blat de moro

Pa sense gluten 3-8T-9T-12T

Fruita

21 633 Kcal 19,09 Gr 0,00 AGS 31,31 Prot 81,84 HC

Arròs integral amb verdures i tomàquet

Pollastre al forn

Enciam i llavors de gira-sol 9

Pa sense gluten 3-8T-9T-12T

Fruita

28 695 Kcal 22,14 Gr 0,00 AGS 45,29 Prot 76,38 HC

Mongetes seques estofades amb

verdures

Pollastre arrebossat(sense al·lèrgens)

Enciam i olives negres

Pa sense gluten 3-8T-9T-12T

Fruita

8

550 Kcal 17,76 Gr 0,00 AGS 11,60 Prot 60,71 HC

Pèsols amb patates

Peix fresc arrebossat(sense al·lèrgens)

4

Enciam i blat de moro

Pa sense gluten 3-8T-9T-12T

Fruita

15 589 Kcal 26,62 Gr 0,00 AGS 21,58 Prot 57,14 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Botifarra de porc 8T-13

Enciam i olives negres

Pa sense gluten 3-8T-9T-12T

Fruita

22 493 Kcal 15,81 Gr 0,00 AGS 25,29 Prot 58,29 HC

Crema de pastanaga

Estofat de vedella amb verdures

Pa sense gluten 3-8T-9T-12T

Fruita

29 519 Kcal 15,36 Gr 0,00 AGS 28,03 Prot 62,32 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Estofat de porc amb xampinyons

Pa sense gluten 3-8T-9T-12T

Fruita

11

617 Kcal 21,09 Gr 0,00 AGS 33,21 Prot 69,70 HC

Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)

Filet de lluç al forn amb all i julivert 4

Enciam i llavors de carbassa 9

Pa sense gluten 3-8T-9T-12T

logurt natural 2

18 581 Kcal 21,18 Gr 0,00 AGS 28,76 Prot 65,72 HC

Llenties estofades amb verdures

Remenat d'ou 3

Enciam i olives negres

Pa sense gluten 3-8T-9T-12T

Fruita

25 731 Kcal 25,30 Gr 0,00 AGS 33,56 Prot 97,22 HC

Pasta sense gluten i sense ou amb

verdures i tomàquet 8T

Bacallà amb salsa de tomàquet 4-13T

Enciam

Pa sense gluten 3-8T-9T-12T

logurt natural 2

ALÈRGENOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(inclou lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 8-Soja 9-Fruits secs de closca 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos

La cuina es reserva el dret a fer un canvi a últim moment, avisant per e-mail als centres.

En compliment del Reglament núm. 1169/2011 (UE) sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. La Vostra Cuina disposa de la informació sobre els al·lèrgens dels aliments que componen els menús que s'elaboren.

Plat calent: Temperatura de conservació  $\geq 65^{\circ}\text{C}$ . Es manté calent a l'armari fins al moment de servir-ho.

Plat fred: Temperatura de conservació  $\leq 8^{\circ}\text{C}$ . Es manté a la nevera fins al moment de servir-ho.

VOSTRA CUINA SL  
Reg. San.: 26.12437-B  
Av. Ègara, 50 (08192)  
Sant Quirze del Vallès  
Tel. 93 721 20 00  
www.vostracuina.com



La Vostra Cuina

C A T E R I N G