



TOTS ELS PLATS S’ADAPTEN A LES NECCESSITATS DE L’ALUMNAT

MENÚ SENSE GLUTEN

PRODUCTES SENSE GLUTEN: BROUS NATURALS, CARNS PICADES, EMBOTITS I SALSES, PASTA I PA, FARINA DE BLAT DE MORO. SEMPRE REVISAREM CARNS PICADES I PRODUCTES PROCESSATS.

MENÚ SENSE LACTOSA

PRODUCTES SENSE LACTOSA: BROUS NATURALS, CARNS PICADES, EMBOTITS, SALSES I CREMES, PA RALLAT I ARREBOSSATS d’OU, PA I GALETES.

MENÚ SENSE OU

PRODUCTES SENSE OU: BROUS NATURALS, CARNS PICADES, EMBOTITS, SALSES, PASTA.

SUGGERÈNCIES PER SOPAR

SI DE PRIMER PLAT HA DINAT PASTA, ARRÒS O LLEGUM, RECOMANEM SOPAR VERDURA, CREMA DE VERDURA O A L’INREVÉS.
SI DE SEGON PLAT, PROTEÏNA VEGETAL O OU PROPOSEM CARN O PEIX O A L’INREVÉS.
DE POSTRES, ACONSELLEM DONAR FRUITA FRESCA I RESERVAR UN O DOS DIES PELS LÀCTICS.

L’ORIGEN DELS ALIMENTS

- VERDURES DE TEMPORADA/PROXIMITAT: PÈSOLS, CARABASSA, BRÒQUIL, PASTANAGA, CARABASSÓ, PEBROT I MONGETA VERDA SÓN ECOLÒGICS I DE TARRAGONA. JULIVERT, API, COLIFLOR I BLEDES (BARCELONA). CEBA (LLEIDA). ALL (GIRONA).
- FRUITA DE TEMPORADA/PROXIMITAT/ECOLÒGICA: POMA I PERA (LLEIDA).
- PEIX FRESC: SEGONS MERCAT DE LES LLOTGES DE LA COSTA BRAVA O VILANOVA.
- POLLASTRE DE CORRAL I GALL DINDI DE GIRONA.
- LLEGUMS: ECOLÒGIQUES.
- PASTES: DE PROXIMITAT 'DE LA PERLA DEL SEGRE' INTEGRALS I ECOLÒGIQUES I DE LA 'MOIANESA', TRADICIONALS I INTEGRALS.
- ARRÒS: INTEGRAL DEL DELTA DE L'EBRE.
- CARNS: 'Q' DE QUALITAT DE 'PUIGBÓ'.
- OLI: 'BORGES' D'OLIVA VERGE EXTRA (AOVE) D'ORIGEN TÀRREGA.
- IOGURTS: ARTESANS DEL MOIANÈS I SALLENT.