

MENÚ MARÇ 2026

SENSE GLUTEN

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	3	4	5	6
MONGETA TENDRA I PATATA	CIGRONS AMB VERDURES	ARRÒS AMB VERDURES (MONGETA TENDRA, PASTANAGA I CARBASSÓ)	ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET	CREMA DE CARBASSA
ESCALOPA DE POLLASTRE AMB AMANIDA DE TOMÀQUET, CEBA I PASTANAGA	TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA DE TOMÀQUET, BLAT DE MORO I OLIVES	GALL DINDI ROSTIT AMB AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I BLAT DE MORO	BACALLÀ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I PASTANAGA	CIGRONS AMB VERDURES (CEBA, TOMÀQUET I PASTANAGA)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL
9	10	11	12	13
CREMA DE BRÒQUIL I PASTANAGA	ARRÒS TRES DELÍCIES (PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)	CREMA DE CARBASSÓ	PATATA I PÈSOLS	MACARRONS AMB TOMÀQUET
LLOM AMB AMANIDA DE TOMÀQUET, CEBA I BLAT DE MORO	TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I PASTANAGA	CIGRONS AMB VERDURES (AMB PEBROT VERD I VERMELL, PASTANAGA I CEBA) I PATATA	LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA DE TOMÀQUET, BLAT DE MORO I PASTANAGA	PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
16	17	18	19	20
ARRÒS AMB TOMÀQUET	MINESTRA DE VERDURES	AMANIDA VARIADA (ENCIAM, PASTANAGA, TOMÀQUET, BLAT DE MORO I OLIVES)	BRÒQUIL I PATATA	AMANIDA DE CIGRONS (CIGRONS, TOMÀQUET, PASTANAGA, BLAT DE MORO I OLIVES)
BACALLÀ ARREBOSSAT AMB AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I PASTANAGA	GALL DINDI ESTOFAT AMB CEBA I XAMPINYONS	PASTA AMB TOMÀQUET	POLLASTRE A LA LLIJONA AMB AMANIDA DE TOMÀQUET, CEBA I BLAT DE MORO	TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I PASTANAGA
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL
23	24	25	26	27
CREMA DE PÈSOLS	PASTA TRICOLOR AMB CEBA I XAMPINYONS	CREMA DE CARBASSA	ARRÒS CINC DELÍCIES (PASTANAGA, PÈSOLS, BLAT DE MORO I PERNIL)	MONGETA TENDRA I PATATA
TRUITA DE PATATA I CEBA AMB AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I PASTANAGA	POLLASTRE A L'ALLADA AMB AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I PASTANAGA	CIGRONS AMB VERDURES (CARBASSÓ, PASTANAGA, CEBA, PEBROT VERD I VERMELL) I PATATA	LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES	HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB AMANIDA DE TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
30	31			
SETMANA SANTA				

Recorda

-El menú de cada dia esta elaborat el mateix dia.

-D'aquest menú un 25% de la pasta és ecològica.

-El nostre arròs prové del delta de L'Ebre.

-És molt important la fruita dins de la nostra dieta, els làctics no han de substituir a la fruita. És de proximitat i dues vegades al mes és ecològica.

-Els dijous el pa és integral.

-Per cuinar i amanir s'utilitza oli d'oliva i per fregir oli de gira-sol alt oleic.

-El sopar serà el millor moment per a complementar la nostra dieta, si ho feu d'hora ajudarà als nens a dormir bé.

-Només hauríem de menjar brioxeria, pastissos i dolços esporàdicament.

Pot resoldre els seus dubtes a: [HYPERLINK "mailto:info@gumen-catering.com"](mailto:info@gumen-catering.com) info@gumen-catering.com o a través de la nostra web. GUMEN CATERING, S.L. C/Tamarit 10 (08205) Sabadell, Barcelona REG/SANITARI 26.05609/