

Menú març 2026

ReCrea

ESCOLA LA FLORIDA

SENSE GLUTEN I BAIX EN FRUCTOSA

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
Arròs cremós amb espàrrecs verds s/ceba Truita de patata i carbassó amb amanida d'espínacs frescs i olives s/pastanaga Fruita permesa / Pa s/gluten	Patates estofades s/pastanaga (tomàquet natural) Escalopa casolana de pollastre s/al·lèrgens amb daus de tomàquet i escarola Fruita permesa / Pa s/gluten	Pasta d'arròs (s/gluten) amb oli d'oliva i formatge Lluç s/enfarinar al forn amb amanida d'enciam llarg, raves i olives Iogurt natural s/sucre / Pa s/gluten	Bròquil i patata bullida Cap de llom al forn amb xampinyons i pèsols Fruita permesa / Pa s/gluten	Crema de carbassó s/crostonets de pa Truita a la francesa amb cogombre amanit Fruita permesa / Pa s/gluten
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
Sopa casolana d'au amb pasta d'arròs (s/gluten) (brou s/gluten) Botifarra de porc amb patata al caliu Fruita permesa / Pa s/gluten	Arròs amb xampinyons i oli d'oliva Remenat d'ou i patata s/ceba amb enciam , olives i pipes Fruita permesa / Pa s/gluten	Crema de carbassó s/ceba Pollastre a l'ast amb albergínia al forn Fruita permesa / Pa s/gluten	Bledes amb patates bullides s/pastanaga Magra d'au arrebossada s/al·lèrgens amb rodanxes de tomàquet i formatge fresc Fruita permesa / Pa s/gluten	Arròs amb salsa de tomàquet natural casolana Maires fresques s/enfarinar al forn amb juliana d'enciams i raves s/panses Iogurt natural s/sucre / Pa s/gluten
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
Pasta d'arròs (s/gluten) amb oli d'oliva i formatge Truita d'espínacs amb remolatxa i enciam s/pastanaga Fruita permesa / Pa s/gluten	Trinxat de la Cerdanya (patata i col) Rostit de vedella amb sofregit casolà de bolets (tomàquet natural) Fruita permesa / Pa s/gluten	Arròs amb sofregit casolà de tomàquet natural Lluç arrebossat s/al·lèrgens amb amanida de tomàquet i cogombre s/blat de moro Fruita permesa / Pa s/gluten	Quinoa i verdures permeses saltades s/cigrons Daus de pollastre a la planxa amb enciam meravella, olives i vinagreta Iogurt natural s/sucre / Pa s/gluten	Crema de carbassó s/pastanaga ni ceba Llenties guisades amb verdures permeses i arròs (tomàquet natural) Fruita permesa / Pa s/gluten
DILLUNS 23 ReCrea Food Experience	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
Crema de bròquil s/ceba Mandonguilles de vedella s/enfarinar amb s. casolana de verdures permeses (tomàquet natural) Fruita permesa / Pa s/gluten	Arròs amb sofregit de tomàquet natural i carbassó s/cigrons ni pebrot Pollastre a la planxa amb enciam de fulla roure i cogombre s/blat de moro Fruita permesa / Pa s/gluten	Espinacs i patata amb oli d'oliva Pasta d'arròs (s/gluten) amb bolonyesa de carn (s/gluten), formatge i tomàquet Fruita permesa / Pa s/gluten	Arròs amb salsa de tomàquet natural casolana Peix arrebossat s/al·lèrgens amb amanida de tomàquet, raves i enciam Fruita permesa / Pa s/gluten	Brou casolà amb pasta d'arròs (s/gluten) (brou s/gluten) Truita de tonyina amb amanida de cogombre i enciam Iogurt natural s/sucre / Pa s/gluten

- FRUITA PERMESA (SENSE PLÀTAN, PERA, PINYA, RAÏM, POMA, CIRERES, MANGO). PA SENSE GLUTEN. TOTS ELS PLATS ESTAN AMANITS AMB OLI D'OLIVA VERGE EXTRA.
- ES COMPROVARÀ QUE ELS PRODUCTES NO CONTINGUIN ELS ALIMENTS NO TOLERATS. ES COURAN ELS ALIMENTS EN ESTRIS EXCLUSIUS I ES FREGIRAN EN OLI NOU.

