

PREVISIÓ D'ÀPATS

El menú tipus pot canviar segons criteri del personal de cuina.

Menú habitual per estades de 3 dies.

1er DIA

Macarrons amb tomàquet	Sopa
Carn amb patates	Truita de patates
Amanida	Amanida
Flan	Ioghurt

2on DIA

Arròs amb tomàquet	Patates amb mongetes
Varites Peix rebossat	Hamburguesa amb patates xips
Amanida	Fruita
Pastísset	

3er DIA

Amanida de pasta o galets carbonara
Salsitxes de pollastre amb patates
Gelat

Menú sense proteïna de llet ni lactosa 3 dies.

1er DIA

Macarrons amb tomàquet	Sopa Aneto amb fideus
Carn amb patates	Truita de patates
Amanida	Amanida
fruita	Fruita

2on DIA

Arròs amb tomàquet	Patates amb mongetes
Peix a la planxa	Petxuga de pollastre amb patates
Amanida	Fruita
Fruita	

3er DIA

Amanida de pasta	Esmorzar. Suc, pa, pernil dolç, fruita
Mandonguilles amb patates	Berenar. Pa amb pernil dolç, fruita
Fruita	

Es revisa en tots els productes envasats embotits, etc...que ens els ingredients no hi hagin derivats de la llet.

La cuina disposa de totes les fitxes tècniques dels productes alimentaris utilitzats, per poder garantir l'adaptació de cada menú a cada necessitat.

Menú especial Celíacs.

Els alumnes amb trastorns alimentaris de no acceptació del gluten o derivats amb farina de galeta, reben un menú especial sense gluten:

Proposta de menú habitual en aquests casos:

1er dia

Dinar

Macarrons sense gluten (d'arròs)
Tomaquet triturat natural (ratllat) o tomaquet fregit Solís
Carn amb patates (es fregeixen les patates pelades en oli a part)
Fruita

Berenar

Pa (sense gluten) amb pernil dolç sense gluten (tarradelles o mercadona)
Fruita

Sopar

Sopa de pollastre amb fideus d'arròs (caldo aneto o hacendado sense gluten)
Trita de patates (sense gluten)

Amanida (enciam,tomaquet, pastanaga, olives)
Ioghurt (sense gluten) (Hacendado)

2on dia

Esmorzar

Mantega
Mermelada
Pernil dolç sense gluten
Llet amb nesquik (El nesquik és sense gluten)
Suc de taronja (sense gluten) hacendado
Pa sense gluten (Hacendado, sense gluten)
Croissants I madalenes sense gluten (comprat al Carrefour o mercadona)

Dinar

Arros amb tomaquet (natural)
Peix a la planxa
Amanida
Fruita

Berenar

Galetes sense gluten amb xocolata 8sense gluten)
Pa (sense gluten) amb formatge
Fruita

Sopar

Patates i mongetes
Hamburguesa sense gluten o petxuga pollastre (filetejada)
Ioghurt fruita (sense gluten)

3er dia

Dinar

Amanida de pasta (espirals d'arròs)
Mandonguilles (sense gluten) amb tomaquet (natural ratllat)
Patates fregides (pelades I fregides a part)
Flan (sense gluten)

Altres al·lèrgies habituals que adaptem els menús són a l'**ou** (que afecta essencialment a l'àpat de truita que es substitueix per peix I pollastre).

A **les nous o fruits secs** (que afecta essencialment a xocolates I derivats)

Al peix o crustacis I similar (que afecta al menjar de peix I a la sopa, en amddós casos es canvia per pollastre, carn I en el cas de la sopa es fa un caldo aneto)

En el cas de menús especials es fan adaptacions a menu vegetarià, vegà, sense carn, sense carn de porc...

Per altres tipus d'al·lèrgies intoleràncies o menús especials , es farà un menu en cada cas en funció de la proposta que facin els pares del participants afectats. Es poden enviar les propostes substitutives al menú base al mail maspedro2013@gmail.com

