

MENÚ ÀGORA (SENSE GLUTEN)

Grans

*Pasta de llegum amb tomàquet, carbassó i albergínia i soja texturitzada *Fruita	*Arròs amb salsa de pastanaga o carbassa *truita de pastanaga *Fruita	*Sopa de pollastre amb pasta de llegum *Pollastre rostit amb salsa de verdures *Pa (sense gluten)	*Verdura de temporada amb patata *Hamburguesa de vedella(sense gluten) *Fruita	*Llenties amb arròs i verdures *logurt
*Pasta de llegum amb verdures i salsa de tomàquet *Truita de pastanaga * Fruita	*Sopa de verdures amb pasta de llegum *Lluç enfarinat *Amanida de tomàquet amb blat de moro *Fruita	*Crema de verdura de temporada *Estofat de gall d'indi * Pa(sense gluten)	*Arròs blanc *Pollastre amb salsa de poma i ceba * Pa (sense gluten)	*Cigrons amb verdures i arròs *logurt
*Pasta de llegum amb salsa de carbassa o pastanaga i ceba *Lluç amb suquet *Pa (sense gluten)	*Sopa de verdures amb pasta de llegum *Truita de ceba i carbassó *Fruita	*Verdura de temporada amb patata *Mandonguilles (sense gluten) amb tomàquet *Pa (sense gluten)	*Arròs blanc amb tomàquet *Pollastre arrebossat amb farina de cigró Amanida de tomàque amb blat de moro *Fruita	*Llenties amb arròs i verdures *logurt
*Pasta de llegum amb salsa de tomàquet i verdures amb soja texturitzada *Fruita	*Arròs caldós amb verdures i peix *Fruita	*Crema de verdures de temporada *Pollastre rostit *Pa (sense gluten)	*Sopa de pollastre amb pasta de llegum, mini pilotetes (sense gluten) i patata i pastanaga *Fruita	*Mongetes blanques amb arròs i verdures *logurt
BERENAR *Llet sencera *Pa (sense gluten) amb oli i formatge	BERENAR *logurt i *Fruites seques (passes, prunes i orellanes) o fresques	BERENAR *Llet sencera *Pa (sense gluten) amb formatge o crema de cacauet	BERENAR *logurt *Fruites seques (passes, prunes i orellanes) o fresques	BERENAR * Llet sencera *Pa(sense gluten) amb oli i formatge fresc

*Tots els dies, a mig matí, donarem una bona ració de fruita de temporada