



Menú: CELÍAC

Dilluns 2	Dimarts 3	Dimecres 4	Dijous 5	Divendres 6
<p>Crema de pastanaga, ceba i patata.</p> <p>Llom planxa amb enciam, blat de moro i olives.</p> <p>Pa sense gluten i làctic</p>	<p>Arròs amb tomàquet.</p> <p>Panga al forn amb verduretes.</p> <p>Pa sense gluten i fruita</p>	<p>Espaguetis (sense gluten) a la bolonyesa.</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga ratllada.</p> <p>Pa sense gluten i fruita</p>	<p>Llenties estofades.</p> <p>Bistec de vedella amb enciam i tomàquet.</p> <p>Pa sense gluten i fruita</p>	<p>Sopa d'au amb pasta sense gluten.</p> <p>Estofat de gall d'indi amb xampinyons.</p> <p>Pa sense gluten i fruita</p>
Dilluns 9	Dimarts 10	Dimecres 11	Dijous 12	Divendres 13
<p>Mongeta verda i patata.</p> <p>Hamburguesa de vedella amb ceba, enciam i tomàquet.</p> <p>Pa sense gluten i pinya en almívar</p>	<p>Cigrons estofats amb espinacs.</p> <p>Calamar a la planxa amb enciam i pastanaga</p> <p>Pa sense gluten i làctic</p>	<p>Crema de carbassó.</p> <p>Contracuíx de pollastre al forn amb ceba, pebrot i xampinyó.</p> <p>Pa sense gluten i fruita</p>	<p>Paella.</p> <p>Salsitxes de porc a la planxa amb ceba i tomàquet.</p> <p>Pa sense gluten i fruita</p>	<p>Macarrons sense gluten amb tomàquet</p> <p>Filet de lluç del pacífic a l'all i julivert.</p> <p>Pa sense gluten i fruita</p>
Dilluns 16	Dimarts 17	Dimecres 18	Dijous 19	Divendres 20
<p>Crema de porro i ceba.</p> <p>Filet de fogoner (peix) al forn amb pèsols i pastanaga baby.</p> <p>Pa sense gluten i fruita</p>	<p>Sopa de pescadors.</p> <p>Estofat de vedella.</p> <p>Pa sense gluten i fruita</p>	<p>Arròs 3 delícies (pèsols, blat de moro i pastanaga).</p> <p>Llom a la planxa amb puré de patates.</p> <p>Pa sense gluten i làctic</p>	<p>Fideus sense gluten a la cassola.</p> <p>Croquetes de pernil amb enciam, tomàquet tonyina i olives.</p> <p>Pa sense gluten i fruita</p>	<p>Remenat d'ou bacon i formatge.</p> <p>Salsitxes de pollastre al forn amb ceba i tomàquet.</p> <p>Pa sense gluten i fruita</p>
Dilluns 23	Dimarts 24	Dimecres 25	Dijous 26	Divendres 27
<p>Patates amb costella.</p> <p>Hamburguesa de peix a la planxa amb ceba i tomàquet.</p> <p>Pa sense gluten i fruita</p>	<p>Crema de carbassa.</p> <p>Bistec de vedella amb enciam, pinya i pastanaga ratllada.</p> <p>Pa sense gluten i fruita</p>	<p>Sopa d'au amb pasta sense gluten.</p> <p>Filet d'halibut (peix) al forn amb escalivada.</p> <p>Pa sense gluten i fruita</p>	<p>Arròs amb verduretes.</p> <p>Truita de carbassó i ceba amb enciam, tonyina i olives.</p> <p>Pa sense gluten i làctic</p>	<p>Pèsols bullits amb patata i bacon.</p> <p>Pollastre rostit a la llimona.</p> <p>Pa sense gluten i fruita</p>

Algunes claus per aconseguir que els nens i nenes siguin més feliços:

No etiquetar: s'ha d'evitar posar etiquetes als infants.

Èxits personals: els nens i nenes són més feliços si aconsegueixen els seus objectius gràcies als seus mèrits. Els hem d'animar en aquest sentit.

Autonomia: estimular la independència dels nens potenciarà la seva autoestima, la seva seguretat i la seva confiança en ells mateixos.

Intel·ligència emocional: els nens i nenes han d'aprendre a controlar i regular les seves emocions per resoldre els problemes de manera pacífica.



RSIPAC: 26.07414/CAT

R.G.S.E.A.A: 26.015207/B