

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 LLENTIES GUISADES (SENSE CARN) "HAMBURGUESA" VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	3 ESPAGUETIS AL PESTO DE BRÒCOLI I FORMATGE LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ESCAROLA, PASTANAGA I RAVE FRUITA DEL TEMPS	4 SOPA DE PEIX OUS DURS AURORA (base de tomàquet, beixamel i gratinats) FRUITA DEL TEMPS	5 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ PEIX AL FORN AMB XAMPINYONS IOGURT	6 BLEDA AMB PATATA PEIX AL FORN O HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
9 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS PAELLA MARINERA AMB GAMBETES FRUITA DEL TEMPS	10 MINESTRA DE VERDURES I PÈSOLS OUS DURS AMB OLI I PEBRE VERMELL O OUS REMENATS I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES CUES DE RAP AL FORN AMB ALLADA I AMANIDA D'ESCAROLA I TARONJA FRUITA DEL TEMPS	12 DIJOUS GRAS: PASTA AMB Salsa DE BOLETS TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	13 SOPA VEGETAL AMB PICADILLO D'OU DUR PEIX ARREBOSSAT O FALAFEL DE CIGRÓ AMB AMANIDA POSTRA CASOLÀ: IOGURT A GRANEL AMB PLATAN
16 FESTIU	17 TALLARINS A LA SICILIANA (tomàquet i olives) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	18 CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES TRUITA DE CALÇOTS I PORRO AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	19 TRINXAT DE COL I PATATA (S/BACÓ) LLUÇ AL FORN O HAMBURGUESA VEGETAL AMB GUARNICIÓ IOGURT	20 ARRÒS A LA CASSOLA AMB CARXOFES LLUÇ O OUS DURS AMB Salsa DE VERDURES I ENCIAM FRUITA DEL TEMPS
23 ESPIRALS AMB SOFREGIT DE VERDURES TRUITA DE PATATA I Ceba AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	24 CREMA DE LLEGUMS LLUÇ AL FORN A LA FARIGOLA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	25 MONGETA VERDA AMB PATATA LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA FRUITA DEL TEMPS	26 ARRÒS AMB BOLETS SUQUET DE PEIX FRESC FRUITA DEL TEMPS	27 SOPA VEGETAL AMB PASTA OUS DURS O LLEGUM EN SALSETA IOGURT

Un cop al mes, unes postres casolanes. Es servirà pa integral. Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir. Ús de sal iodada per cuinar. Carn i pollastre produïts a Catalunya. Menús elaborats pel Departament de Dietètica i Nutrició. Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat. Disposem de menús adaptats per al·lèrgies i intoleràncies alimentàries.



*Carnestoltes,
gresea i xerisola!*

Fruites de temporada



Un cop al mes, unes
postres casolanes

Varietat de **peix fresc**



Ús de **sal iodada**

Ús d'oli d'oliva per cuinar,
oli d'oliva verge per
amanir i alt oleic per fregir



Cada dia s'ofereix
pa integral

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat

