

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 LLENTIES GUISADES (SENSE CARN) HAMBURGUESA VEGETAL S/OU O CASOLANA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	3 PASTA S/GLUTEN S/OU AL PESTO DE BRÒCOLI I FORMATGE S/OU O SENSE FORMATGE LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ESCÀROLA, PASTANAGA I RAVE FRUITA DEL TEMPS	4 SOPA DE PEIX AMB PASTA S/GLUTEN S/OU PEIX AMB BASE DE TOMÀQUET, BEIXAMEL I GRATINAT FRUITA DEL TEMPS	5 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS IOGURT	6 BLEDA AMB PATATA PEIX O HAMBURGUESA VEGETAL S/AL·LÈRGENS AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
9 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS PAELLA MARINERA ESPECIAL (s/preparat) FRUITA DEL TEMPS	10 MINESTRA DE VERDURES I PÈSOLS PINXOS DE POLLASTRE ADOBATS CASOLANS AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES CUES DE RAP AL FORN AMB ALLADA I AMANIDA D'ESCÀROLA I TARONJA FRUITA DEL TEMPS	12 PASTA S/GLUTEN S/OU AMB SALSAS DE BOLETS "TRUITA VEGANA DE VERDURES AMB FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL" I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	13 SOPA VEGETAL AMB PASTA S/GLUTEN S/OU ESCALOPA DE POLLASTRE S/GLUTEN S/OU AMB AMANIDA POSTRA CASOLÀ: IOGURT A GRANEL AMB PLATAN
16 FESTIU	17 PASTA S/GLUTEN S/OU A LA SICILIANA LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	18 CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES "TRUITA" VEGANA DE CALÇOTS/PORRO I FARINA DE CIGRÓ O CARN PLANXA AMB GUARNICIÓ FRUITA DEL TEMPS	19 TRINXAT DE COL I PATATA (S/BACÓ) CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB CANONGES, BLAT DE MORO I PASTANAGA IOGURT	20 ARRÒS A LA CASSOLA AMB CARXOFES ESTOFAT DE VEDELLA FRUITA DEL TEMPS
23 PASTA S/GLUTEN S/OU AMB SOFREGIT DE VERDURES "TRUITA VEGANA DE PATATA I Ceba amb farina de cigró" O PEIX PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	24 CREMA DE LLEGUMS POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	25 MONGETA VERDA AMB PATATA MUSSACA D'ALBERGÍNIA O PATATA AMB LLENTIES (formatge s/ou o sense formatge) FRUITA DEL TEMPS	26 ARRÒS AMB BOLETS SUQUET DE PEIX FRESC FRUITA DEL TEMPS	27 SOPA VEGETAL AMB PASTA S/GLUTEN S/OU GALL DINDI AMB SALSETA I AMANIDA 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 xerinxola!*

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

