

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 FESTIU
4 CREMA DE VERDURES AMB FORMATGE (7,11) FIDEUÀ S/GLUTEN S/OU VEGETAL AMB PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS	5 MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB HORTALISSES "TRUITA VEGANA DE PATATA I CEBA AMB FARINA DE CIGRÓ" O "PEIX PLANXA AMB AMANIDA" FRUITA DEL TEMPS	6 AMANIDA D'ARRÓS (tonyina, blat de moro i olives)(4) POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ S/GLUTEN S/OU AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	7 SOPA D'AU O VEGETAL AMB PASTA S/GLUTEN S/OU LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (4,5,8,13) IOGURT DE PROXIMITAT (7)	8 COLIFLOR AMB PATATA (11) GALL DINDI GUISAT A LA JARDINERA (pèsols i pastanaga) FRUITA DEL TEMPS
11 PASTA S/GLUTEN S/OU AL PESTO DE BRÒCOLI I FORMATGE S/OU SENSE FORMATGE "TRUITA VEGANA DE VERDURES I FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL" O "CARN PLANXA AMB AMANIDA" FRUITA DEL TEMPS	12 AMANIDA DE LLEGUMS (1,4) PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS (11) FRUITA DEL TEMPS	13 SOPA MINISTRONE AMB PASTA S/GLUTEN S/OU CALAMARS GUISATS AMB SALSETA I PATATES (11,13) FRUITA DEL TEMPS	14 FESTIU	15 FESTIU
18 MINISTRA DE VERDURES (11) PAELLA (s/preparat) FRUITA DEL TEMPS	19 ESPINACS AMB BEIXAMEL (1,6,7,9,11) HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CAMEL-LITZADA I AMANIDA (6,11) FRUITA DEL TEMPS	20 CIGRONS ECO ESTOFATS AMB VERDURES TOFU O LLEGUM AMB TOMÀQUET I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	21 TASTET DE CIRERA DEL BAIX LLOBREGAT I AMANIDA DE PASTA S/GLUTEN S/OU PEIX A LA LLIMONA (S/GLUTEN S/OU) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	22 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES GRATINADES (formatge s/ou o sense formatge) ALES DE POLLASTRE ADOBADES CASOLANES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO (1,9) IOGURT DE PROXIMITAT (7)
25 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (4) PEIX O HAMBURGUESA VEGETAL S/AL-LÈRGENS AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 ARRÓS INTEGRAL AMB VERDURES "TRUITA VEGANA DE CARBASSÓ I PATATA AMB FARINA DE CIGRÓ" O "CARN PLANXA AMB AMANIDA" FRUITA DEL TEMPS	27 LLENTIES SALTADES (1) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (4,13) FRUITA DEL TEMPS	28 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) PINXOS DE POLLASTRE SALTATS A L'ALLET AMB AMANIDA DE RÚCULA (11) IOGURT DE PROXIMITAT (7)	29 CREMA DE PÈSOLS I PASTANAGA (11) PASTA S/GLUTEN S/OU AMB SALSA S/GLUTEN S/OU FRUITA DEL TEMPS
Un cop al mes, unes postres casolanes. Es servirà pa integral. Us d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir. Us 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.				



Amb aquests números permet identificar els al·lèrgens de cada plat.


Escriu les paraules d'aquests mots creuats.



Fruites de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes

Varietat de peix fresc 



Cada dia s'ofereix pa integral

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat

