

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA D'ALBERGÍNIA AMB AMANIDA (3,11) FRUITA DEL TEMPS	2 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (S/TONYINA) PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	3 MACARRONS AMB SOFREGIT DE VERDURES (1,3,6,9) OUS DURS AMB OLI I PEBRE VERMELL O OUS REMENATS I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	4 BLEDA AMB PATATA (11) GALL DINDI AMB SALSA DE VERDURES IOGURT DE PROXIMITAT (7)	5 VICHYSOISE O CREMA DE PORROS AMB CROSTONS CASOLANS (1,6,7,9,11) POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA (1,3,6,9,10) FRUITA DEL TEMPS
8 MINESTRA DE VERDURES (11) FIDEUÀ AMB CARN O VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	9 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES (1,11) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE (3) FRUITA DEL TEMPS	10 HUMMUS DE CIGRÓ CASOLÀ AMB BASTONETS DE PASTANAGA (11) POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 ARRÒS AL CURRI AMB VERDURES (1,9) LLOM AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 PICA-PICA ADAPTAT HAMBURGUESA PLANXA/FORN ESTIL AMERICÀ AMB PA I PATATES FREGIDES (1,3,6,7,9,10,11) GELAT DE VASET (3)
15 AMANIDA D'ARRÒS (S/TONYINA) TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	16 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) POLLASTRE AMB CANYELLA I LLIMONA AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	17 PASTA A LA SICILIANA (tomàquet i olives)(1,3,6,9) OUS DURS EN SALSA O LLEGUM EN SALSETA I BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	18 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS FETS AL FORN (1,6,9,11) ESTOFAT DE CARN AMB XAMPINYONS (11) POSTRA CASOLÀ: MACEDÒNIA DE FRUITA NATURAL	19 MENÚ FI DE CURS SENSE PEIX
22	23	24	25	26
29	30			

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.



Fruites de temporada



Setmana temàtica "Komkiweek"



@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat

