

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 FESTIU	2 FESTIU	3 FESTIU	4 FESTIU
7 FESTIU	8 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	9 TRINXAT DE COL I PATATA AMB ALLET (11) POLLASTRE AL FORN AMB XILINDRÓN (tomàquet, ceba i pebrot) FRUITA DEL TEMPS	10 PASTA S/GLUTEN S/OU A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	11 FESTIU
14 AMANIDA DE PASTA S/GLUTEN S/OU TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA (3,7) FRUITA DEL TEMPS	15 FESOLS GUISATS AMB HORTALISSES HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CARAMEL-LITZADA I AMANIDA (6,11) FRUITA DEL TEMPS	16 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS SENSE GLUTEN O SENSE CROSTONS FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	17 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) CASSOLETA DE CIGRONS ECO AMB VERDURETES DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	18 FESTIU
21 PASTA S/GLUTEN S/OU AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) OUS REMENATS AMB XAMPINYONS O TRUITA DE XAMPINYONS AMB AMANIDA (3) FRUITA DEL TEMPS	22 MINESTRA CASOLANA AMANIDA AMB OLI D'OLIVA (11) LASSANYA S/GLUTEN DE LLENTIES S/GLUTEN FRUITA DEL TEMPS	23 CREMA DE VERDURES (11) POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB REMOLATXA, PASTANAGA I POMA FRUITA DEL TEMPS	24 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (4) DAUS ADOBATS (S/CURRI) AMB GUARNICIÓ POSTRA CASOLÀ: IOGURT AMB FRUITA NATURAL (7)	25 ARRÒS AL PESTO (oli, alfàbrega i formatge)(7) SUQUET DE PEIX (sense preparat) FRUITA DEL TEMPS
28 CREMA DE PORROS (11) LLENTIES ECO DE L'ÀVIA (GALL D'INDI I VERDURES)(11) FRUITA DEL TEMPS	29 ARRÒS INTEGRAL AMB VERDURES CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	30 BRÓCOLI AMB PATATA AMANIT AMB OLI D'OLIVA (11) LLOM AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS		
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.				

Declaració d'al·lèrgens



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

BON INICI DE CURS



Fruites de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes

Varietat de peix fresc

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

Ús de sal iodada per cuinar

Cada dia s'ofereix pa integral

Producte de proximitat

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat