COM A CASA
Menjadors escolars

# ESCOLA COLORS

## Sense gluten (menú amb pa sense gluten) - Novembre 2026

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|---|
| 2<br>**FESTIU** | **3**<br>LLENTIES ECO ESTOFADES AMB CARBASSA (11)<br>TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA (3,7)<br>FRUITA DEL TEMPS | **4**<br>PASTA S/GLUTEN S/OU AL PESTO D'ESPINACS<br>HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CARAMEL·LITZADA I AMANIDA (6,11)<br>FRUITA DEL TEMPS | **5**<br>ARRÒS INTEGRAL AMB TOMÀQUET CASOLÀ<br>PEIX AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (2,4,13)<br>FRUITA DEL TEMPS | **6**<br>COLIFLOR AMB PATATA (11)<br>POLLASTRE AL FORN AMB XILINDRÓN (tomàquet, ceba i pebrot)<br>FRUITA DEL TEMPS |
| **9**<br>SOPA DE BROU AMB PASTA S/GLUTEN S/OU<br>"MANDONGUILLES" CASOLANES DE LLENTIES ECO S/AL·LÈRGENS AMB SALSA DE TOMÀQUET I VERDURES<br>FRUITA DEL TEMPS | **10**<br>TRINXAT DE COL I PATATA AMB ALLET (11)<br>DAUS ADOBATS (S/CURRI NI COMÍ) AMB GUARNICIÓ<br>FRUITA DEL TEMPS | **11**<br>ARRÒS AMB VERDURES (S/CURRI)<br>RAP AMB SALSA DE VERDURES (2,4)<br>FRUITA DEL TEMPS | **12**<br>CIGRONS AMB SAMFAINA<br>TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11)<br>IOGURT DE PROXIMITAT (7) | **13**<br>CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS SENSE GLUTEN O SENSE CROSTONS<br>POLLASTRE A LES FINES HERBES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA<br>FRUITA DEL TEMPS |
| **16**<br>PASTA S/GLUTEN S/OU A LA CARBONARA<br>TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE (3)<br>FRUITA DEL TEMPS | **17**<br>BLEDA AMB PATATA SALTADA AMB ALLET (11)<br>POLLASTRE AMB CANYELLA I LLIMONA AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DEL TEMPS | **18**<br>CREMA DE VERDURES (11)<br>LASSANYA S/GLUTEN DE LLENTIES S/GLUTEN<br>FRUITA DEL TEMPS | **19**<br>ARRÒS AMB VERDURES I SALSA DE SOIA SENSE GLUTEN O SENSE SALSA<br>SUQUET DE PEIX (sense preparat)<br>FRUITA DEL TEMPS | **20**<br>MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES<br>WOK D'AU AMB VERDURETES<br>QUALLADA CASOLANA (7) |
| **23**<br>LLENTIES ECO ESTOFADES AMB HORTALISSES (11)<br>PEIX ARREBOSSAT SENSE GLUTEN S/OU AMB AMANIDA<br>FRUITA DEL TEMPS | **24**<br>PASTA S/GLUTEN S/OU AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega)<br>SALSITXES DE PAGÈS A LA PLANXA/FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (6,11)<br>FRUITA DEL TEMPS | **25**<br>BRÓCOLI AMB PATATA AMANIT AMB OLI D'OLIVA (11)<br>CIGRONS A LA CARBONARA (7,11)<br>FRUITA DEL TEMPS | **26**<br>SOPA DE PEIX AMB ARRÒS (2,4,11,13)<br>OUS REMENATS AMB BOLETS DE LES COMARQUES INTERIORS DE CATALUNYA (3)<br>IOGURT DE PROXIMITAT (7) | **27**<br>CREMA DE PORROS (11)<br>POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB REMOLATXA, PASTANAGA I POMA<br>FRUITA DEL TEMPS |
| **30**<br>ARRÒS AMB VERDURETES<br>OUS DURS AMB BEIXAMEL S/GLUTEN O SENSE BEIXAMEL GRATINATS AMB AMANIDA<br>FRUITA DEL TEMPS | | | | |

Un cop al mes, unes postres casolanes. Presència de pa integral cada dia. 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. Varietat de peix fresc segons mercat: seitó, maira, gallineta, canana... 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 alimentaries.















Un cop al mes, unes **postres casolanes**

@comacasa.menjadorsescolars

www.comacasamenjadors.cat