

# Març 2024

## CEE CONCHA ESPINA

## MENÚ **SENSE PORC**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



4  
CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA  
FIDEUÀ MARINERA AMB DAUS DE RAP  
FRUITA DEL TEMPS

5  
MINISTRA DE VERDURES CASOLANA I PÈSOLS  
SALSITXES D'AU O PEIX PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET  
FRUITA DEL TEMPS

6  
SOPA DE L'ÀVIA (S/PORC) O VEGETAL  
TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM  
FRUITA DEL TEMPS

7  
LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA  
LLUÇ AL FORN AMB VERDURES  
FRUITA DEL TEMPS

8  
ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ  
POLLASTRE A LES FINES HERBES AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES  
IOGURT

11  
MACARRONS A LA CARBONARA (S/BACÓ) O AMB TOMÀQUET  
DELÍCIES DE PEIX AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA DEL TEMPS

12  
OLLA BARREJADA AMB CIGRONS  
TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES  
FRUITA DEL TEMPS


13  
ARRÒS DOS DELÍCIES (PÈSOLS I PASTANAGA) (SENSE PERNIL)  
POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES DE GIRA-SOL  
FRUITA DEL TEMPS

14  
PURÉ DE CARBASSÓ AMB CROSTONS CASOLANS  
PIZZA CASOLANA (S/PORC) AMB AMANIDA  
IOGURT

15  
SOPA DE BROU (S/PORC) O VEGETAL  
FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA  
FRUITA DEL TEMPS

18  
COLIFLOR AMB PATATA  
"MANDONGUILLES DE LLUÇ I CALAMAR" AMB SUAU SALSETA I AMANIDA  
FRUITA DEL TEMPS

19  
MONGETES BLANQUES ESTOFADES AMB VERDURES  
TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM  
FRUITA DEL TEMPS

20  
ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA  
ALETES DE POLLASTRE ADOBADES AMB ENCIAM I PIPES DE GIRA-SOL  
"TORRIJA" CASOLANA 

21  
CREMA DE PORRO, PASTANAGA I NAP  
MARMITAKO DE PEIX  
FRUITA DEL TEMPS

22  
SOPA DE LLETRES  
TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM  
FRUITA DEL TEMPS

25  
SET

26  
MA

27  
NA

28  
SAN

29  
TA

Les fruites del temps són: taronja, mandarina, poma, pera, plàtan,...Descobriex-les totes [aquí](#)  
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 lodada per cuinar.

Hi ha aigua potable accessible pels infants.

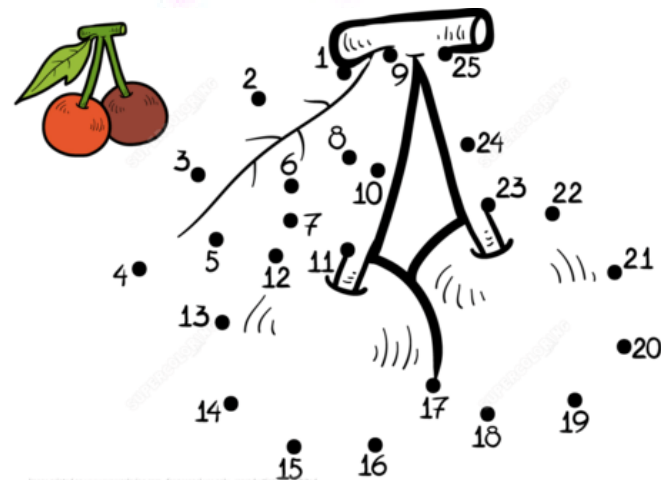
Carn i Pollastre produïts a Catalunya 100%

Peix fresc de les llotges de Palamós, varietats com: seitó, maira, canana,...

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

*Segueix els números i aconseguiràs fer el dibuix!*



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



@comacasa.menjadorscolars



www.comacasamenjadors.cat