

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga) CROQUETES DE L'ÀVIA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES AMB TOMÀQUET I PASTANAGA TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	FESTIU	MONGETA VERDA AMB PATATA SALTADA AMB SOFREGIT I BACÓ LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA D'ARRÒS (tonyina, blat de moro i olives) CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS
16	17	18	19	20
PURÉ DE CARBASSÓ AMB CROSTONS CASOLANS PAELLA MARINERA FRUITA DEL TEMPS	EMPEDRAT DE CIGRONS O CIGRONS SALTATS PINXOS DE POLLASTRE ADOBATS CASOLANS AMB AMANIDA (enciam i cogombre) FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE BROU AMB PASTA MANDONGUILLES DE PEIX A LA JARDINERA (pèsols i pastanaga) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA DE PATATA I Ceba AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT	AMANIDA RUSSA RODÓ DE GALL DINDI AMB SALSA DE VERDURES I ENCIAM FRUITA DEL TEMPS
23	24	25	26	27
AMANIDA DE PASTA SUQUET DE PEIX FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE VERDURES I PÈSOLS PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALIQUES TRUITA DE FORMATGE AMB ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINA HAMBURGUESA MIXTA AMB AMANIDA IOGURT AMB FRUITA NATURAL	BRÓCOLI AMB PATATA PIZZA CASOLANA DE TONYINA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
30				
CREMA DE LLEGUMS FIDEUÀ DE LA CASA MARINERA FRUITA DEL TEMPS				

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.

Carn i Pollastre produïts a Catalunya. Peix fresc amb 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.



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

Sabies que...?



La Poma es una fruita de temporada quasi tot l'any. Hi ha més de 7,500 varietats de poma i la forma de ser menjades son moltíssimes: fresca com a postra, en amanides, purès, salses, postres, pastissos, melmelades, compotes o rostides al forn. Les pomes estan fetes d'un 25% d'aire, per això poden flotar sobre l'aigua!



@comacasa.menjadorscolars



www.comacasamenjadors.cat

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga) CROQUETES DE BACALLÀ AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES AMB TOMÀQUET I PASTANAGA TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	FESTIU	MONGETA VERDA AMB PATATA SALTADA AMB SOFREGIT (S/ BACÓ) LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA D'ARRÒS (tonyina, blat de moro i olives) CUIXA DE POLLASTRE HALAL AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS
16	17	18	19	20
PURÉ DE CARBASSÓ AMB CROSTONS CASOLANS PAELLA MARINERA FRUITA DEL TEMPS	EMPEDRAT DE CIGRONS O CIGRONS SALTATS POLLASTRE HALAL ADOBAT CASOLÀ AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE BROU HALAL O SOPA VEGETAL AMB PASTA MANDONGUILLES DE PEIX A LA JARDINERA (pèsols i pastanaga) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA DE PATATA I Ceba AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT	AMANIDA RUSSA RODÓ DE GALL DINDI AMB SALSA DE VERDURES I ENCIAM FRUITA DEL TEMPS
23	24	25	26	27
AMANIDA DE PASTA (S/CARN) SUQUET DE PEIX FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE VERDURES I PÈSOLS POLLASTRE HALAL ROSTIT AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALIQUES TRUITA DE FORMATGE AMB ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINA HAMBURGUESA HALAL AMB AMANIDA IOGURT AMB FRUITA NATURAL	BRÓCOLI AMB PATATA PIZZA CASOLANA DE TONYINA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
30				
CREMA DE LLEGUMS FIDEUÀ DE LA CASA MARINERA FRUITA DEL TEMPS				

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.
 Carn i Pollastre produïts a Catalunya. Peix fresc amb 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.



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

Sabies que...?



La Poma es una fruita de temporada quasi tot l'any. Hi ha més de 7,500 varietats de poma i la forma de ser menjades son moltíssimes: fresca com a postra, en amanides, purès, salses, postres, pastissos, melmelades, compotes o rostides al forn. Les pomes estan fetes d'un 25% d'aire, per això poden flotar sobre l'aigua!



@comacasa.menjadorscolars



www.comacasamenjadors.cat

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga) CROQUETES DE BACALLÀ AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES AMB TOMÀQUET I PASTANAGA TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	FESTIU	MONGETA VERDA AMB PATATA SALTADA AMB SOFREGIT (S/ BACÓ) LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA D'ARRÒS (tonyina, blat de moro i olives) OUS REMENATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
16	17	18	19	20
PURÉ DE CARBASSÓ AMB CROSTONS CASOLANS PAELLA MARINERA FRUITA DEL TEMPS	EMPEDRAT DE CIGRONS O CIGRONS SALTATS OUS DURS AMB OLI I PEBRE VERMELL I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	SOPA VEGETAL AMB PASTA MANDONGUILLES DE PEIX A LA JARDINERA (pèsols i pastanaga) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA DE PATATA I Ceba AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT	AMANIDA RUSSA LLUÇ O TOFU AMB Salsa DE VERDURES I ENCIAM FRUITA DEL TEMPS
23	24	25	26	27
AMANIDA DE PASTA (S/CARN) SUQUET DE PEIX FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE VERDURES I PÈSOLS LLUÇ AL FORN AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALIQUES TRUITA DE FORMATGE AMB ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINÀ HAMBURGUESA DE PEIX O VEGETAL AMB AMANIDA IOGURT AMB FRUITA NATURAL	BRÓCOLI AMB PATATA PIZZA CASOLANA DE TONYINA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
30				
CREMA DE LLEGUMS FIDEUÀ DE LA CASA MARINERA FRUITA DEL TEMPS				

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.

Carn i Pollastre produïts a Catalunya. Peix fresc amb 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.



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

Sabies que...?



La Poma es una fruita de temporada quasi tot l'any. Hi ha més de 7,500 varietats de poma i la forma de ser menjades son moltíssimes: fresca com a postra, en amanides, purès, salses, postres, pastissos, melmelades, compotes o rostides al forn. Les pomes estan fetes d'un 25% d'aire, per això poden flotar sobre l'aigua!



@comacasa.menjadorscolars



www.comacasamenjadors.cat

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	3	4	5	6
9 ESPAGUETIS S/GLUTEN S/OU A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga) POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ S/GLUTEN S/OU AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	10 LLENTIES SENSE GLUTEN AMB TOMÀQUET I PASTANAGA TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	11 FESTIU	12 MONGETA VERDA AMB PATATA SALTADA AMB SOFREGIT I BACÓ LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	13 AMANIDA D'ARRÒS (tonyina, blat de moro i olives) CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS
16 PURÉ DE CARBASSÓ AMB CROSTONS SENSE GLUTEN PAELLA MARINERA ESPECIAL FRUITA DEL TEMPS	17 EMPEDRAT DE CIGRONS O CIGRONS SALTATS PINXOS DE POLLASTRE ADOBATS CASOLANS AMB AMANIDA (enciam i cogombre) FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE BROU AMB PASTA S/GLUTEN S/OU TONYINA A LA JARDINERA (pèsols i pastanaga) FRUITA DEL TEMPS	19 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA DE PATATA I CEBA AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT	20 AMANIDA RUSSA RODÓ DE GALL DINDI AMB SALSA DE VERDURES I ENCIAM FRUITA DEL TEMPS
23 AMANIDA DE PASTA S/GLUTEN S/OU SUQUET DE PEIX (sense preparat) FRUITA DEL TEMPS	24 CREMA DE VERDURES I PÈSOLS PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	25 ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALIISSES TRUITA DE FORMATGE AMB ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	26 MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINA HAMBURGUESA MIXTA AMB AMANIDA IOGURT AMB FRUITA NATURAL	27 BRÓCOLI AMB PATATA PIZZA S/GLUTEN O PANINI S/GLUTEN DE TONYINA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
30 CREMA DE LLEGUMS (NO LLENTIES) O DE VERDURES FIDEUÀ S/GLUTEN S/OU DE LA CASA (S/PREPARAT) FRUITA DEL TEMPS				
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. Carn i Pollastre produïts a Catalunya. Peix fresc amb 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.				



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

Sabies que...?



La Poma es una fruita de temporada quasi tot l'any. Hi ha més de 7,500 varietats de poma i la forma de ser menjades son moltíssimes: fresca com a postra, en amanides, purès, salses, postres, pastissos, melmelades, compotes o rostides al forn. Les pomes estan fetes d'un 25% d'aire, per això poden flotar sobre l'aigua!



@comacasa.menjadorscolars



www.comacasamenjadors.cat

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga) CROQUETES DE POLLASTRE AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES AMB TOMÀQUET I PASTANAGA TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	FESTIU	MONGETA VERDA AMB PATATA SALTADA AMB SOFREGIT (S/ BACÓ) LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA D'ARRÒS (tonyina, blat de moro i olives) CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS
16	17	18	19	20
PURÉ DE CARBASSÓ AMB CROSTONS CASOLANS PAELLA MARINERA FRUITA DEL TEMPS	EMPEDRAT DE CIGRONS O CIGRONS SALTATS PINXOS DE POLLASTRE ADOBATS CASOLANS AMB AMANIDA (enciam i cogombre) FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE BROU D'AU O VEGETAL AMB PASTA MANDONGUILLES DE PEIX A LA JARDINERA (pèsols i pastanaga) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA DE PATATA I CEBA AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT	AMANIDA RUSSA RODÓ DE GALL DINDI AMB SALSA DE VERDURES I ENCIAM FRUITA DEL TEMPS
23	24	25	26	27
AMANIDA DE PASTA (S/CARN) SUQUET DE PEIX FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE VERDURES I PÈSOLS PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALIISSES TRUITA DE FORMATGE AMB ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINA HAMBURGUESA D'AU AMB AMANIDA IOGURT AMB FRUITA NATURAL	BRÓCOLI AMB PATATA PIZZA CASOLANA DE TONYINA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
30				
CREMA DE LLEGUMS FIDEUÀ DE LA CASA MARINERA FRUITA DEL TEMPS				

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.
Carn i Pollastre produïts a Catalunya. Peix fresc amb 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.



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

Sabies que...?



La Poma es una fruita de temporada quasi tot l'any. Hi ha més de 7,500 varietats de poma i la forma de ser menjades son moltíssimes: fresca com a postra, en amanides, purès, salses, postres, pastissos, melmelades, compotes o rostides al forn. Les pomes estan fetes d'un 25% d'aire, per això poden flotar sobre l'aigua!



@comacasa.menjadorscolars



www.comacasamenjadors.cat

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga) POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES AMB TOMÀQUET I PASTANAGA TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	FESTIU	MONGETA VERDA AMB PATATA SALTADA AMB SOFREGIT I BACÓ OUS REMENATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA D'ARRÒS (S/TONYINA) CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS
16	17	18	19	20
PURÉ DE CARBASSÓ AMB CROSTONS CASOLANS PAELLA VEGETAL AMB PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS	EMPEDRAT DE CIGRONS (S/TONYINA) O CIGRONS SALTATS PINXOS DE POLLASTRE ADOBATS CASOLANS AMB AMANIDA (enciam i cogombre) FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE BROU AMB PASTA MANDONGUILLES MIXTES A LA JARDINERA (pèsols i pastanaga) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA DE PATATA I CEBA AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT	AMANIDA RUSSA (S/TONYINA) RODÓ DE GALL DINDI AMB SALSA DE VERDURES I ENCIAM FRUITA DEL TEMPS
23	24	25	26	27
AMANIDA DE PASTA (S/TONYINA) OUS DURS EN SALSA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE VERDURES I PÈSOLS PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALIISSES TRUITA DE FORMATGE AMB ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINA HAMBURGUESA MIXTA AMB AMANIDA IOGURT AMB FRUITA NATURAL	BRÓCOLI AMB PATATA PIZZA MARGARITA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
30				
CREMA DE LLEGUMS FIDEUÀ VEGETAL FRUITA DEL TEMPS				

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.
Carn i Pollastre produïts a Catalunya. Peix fresc amb 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.



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

Sabies que...?



La Poma es una fruita de temporada quasi tot l'any. Hi ha més de 7,500 varietats de poma i la forma de ser menjades son moltíssimes: fresca com a postra, en amanides, purès, salses, postres, pastissos, melmelades, compotes o rostides al forn. Les pomes estan fetes d'un 25% d'aire, per això poden flotar sobre l'aigua!



@comacasa.menjadorscolars



www.comacasamenjadors.cat

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	3	4	5	6
9 ESPAGUETIS S/GLUTEN S/OU A LA NAPOLITANA (formatge s/ou) POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ S/GLUTEN S/OU AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	10 LLENTIES AMB TOMÀQUET I PASTANAGA "TRUITA VEGANA AMB FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 FESTIU	12 MONGETA VERDA AMB PATATA SALTADA AMB SOFREGIT I BACÓ LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	13 AMANIDA D'ARRÒS (tonyina, blat de moro i olives) CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS
16 PURÉ DE CARBASSÓ AMB CROSTONS CASOLANS PAELLA MARINERA ESPECIAL FRUITA DEL TEMPS	17 EMPEDRAT DE CIGRONS O CIGRONS SALTATS PINXOS DE POLLASTRE ADOBATS CASOLANS AMB AMANIDA (enciam i cogombre) FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE BROU AMB PASTA S/GLUTEN S/OU TONYINA A LA JARDINERA (pèsols i pastanaga) FRUITA DEL TEMPS	19 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ "TRUITA VEGANA DE PATATA I CEBA AMB FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB AMANIDA IOGURT	20 AMANIDA RUSSA (S/OU NI MAIONESA) RODÓ DE GALL DINDI AMB SALSA DE VERDURES I ENCIAM FRUITA DEL TEMPS
23 AMANIDA DE PASTA S/GLUTEN S/OU (s/ou) SUQUET DE PEIX (sense preparat) FRUITA DEL TEMPS	24 CREMA DE VERDURES I PÈSOLS PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	25 ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALIISSES "TRUITA VEGANA DE FARINA DE CIGRÓ I VERDURES" O PEIX PLANXA AMB ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	26 MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINA HAMBURGUESA MIXTA AMB AMANIDA IOGURT AMB FRUITA NATURAL	27 BRÓCOLI AMB PATATA PIZZA S/OU O PANINI CASOLÀ (S/FORMATGE) FRUITA DEL TEMPS
30 CREMA DE LLEGUMS FIDEUÀ S/GLUTEN S/OU DE LA CASA (S/PREPARAT) FRUITA DEL TEMPS				

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.
 Carn i Pollastre produïts a Catalunya. Peix fresc amb 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.



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

Sabies que...?



La Poma es una fruita de temporada quasi tot l'any. Hi ha més de 7,500 varietats de poma i la forma de ser menjades son moltíssimes: fresca com a postra, en amanides, purès, salses, postres, pastissos, melmelades, compotes o rostides al forn. Les pomes estan fetes d'un 25% d'aire, per això poden flotar sobre l'aigua!



@comacasa.menjadorscolars



www.comacasamenjadors.cat

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (sense formatge) POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES AMB TOMÀQUET I PASTANAGA TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	FESTIU	MONGETA VERDA AMB PATATA SALTADA AMB SOFREGIT I BACÓ (S/LLET O SENSE BACÓ) LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA D'ARRÒS (tonyina, blat de moro i olives) CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS
16	17	18	19	20
PURÉ DE CARBASSÓ (SENSE LLET) AMB CROSTONS CASOLANS PAELLA MARINERA ESPECIAL FRUITA DEL TEMPS	EMPEDRAT DE CIGRONS O CIGRONS SALTATS PINXOS DE POLLASTRE ADOBATS CASOLANS AMB AMANIDA (enciam i cogombre) FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE BROU AMB PASTA TONYINA A LA JARDINERA (pèsols i pastanaga) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA DE PATATA I CEBA AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT DE SOIA	AMANIDA RUSSA RODÓ DE GALL DINDI AMB SALSA DE VERDURES I ENCIAM FRUITA DEL TEMPS
23	24	25	26	27
AMANIDA DE PASTA SUQUET DE PEIX (sense preparat) FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE VERDURES I PÈSOLS (S/LLET) PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALIISSES TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINA HAMBURGUESA D'AU AMB AMANIDA IOGURT DE SOIA AMB FRUITA NATURAL	BRÓCOLI AMB PATATA PIZZA S/LLET O PANINI CASOLÀ (S/FORMATGE) DE TONYINA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
30				
CREMA DE LLEGUMS (S/LLET) FIDEUÀ DE LA CASA (S/PREPARAT) FRUITA DEL TEMPS				

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.
Carn i Pollastre produïts a Catalunya. Peix fresc amb 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.



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

Sabies que...?



La Poma es una fruita de temporada quasi tot l'any. Hi ha més de 7,500 varietats de poma i la forma de ser menjades son moltíssimes: fresca com a postra, en amanides, purès, salses, postres, pastissos, melmelades, compotes o rostides al forn. Les pomes estan fetes d'un 25% d'aire, per això poden flotar sobre l'aigua!



@comacasa.menjadorscolars



www.comacasamenjadors.cat