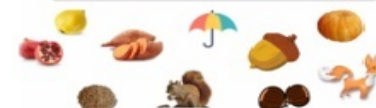


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 FESTIU	4 CREMA DE PORRO, PASTANAGA I NAP FIDEUÀ MARINERA AMB DAUS DE RAP FRUITA DEL TEMPS	5 LLENTIES DE L'ÀVIA TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	6 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ PEIX AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	7 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES PERNILETS DE POLLASTRE AL XILINDRÓN I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
10 SOPA DE BROU MANDONGUILLES MIXTES AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	11 MONGETA VERDA AMB PATATA DAUS DE GALL DINDI ADOBATS AMB BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS 3 DELÍCIES (PERNIL, PÈSOLS I PASTANAGA) RAP AMB SALSA DE VERDURES IOGURT	13 MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINA TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	14 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS POLLASTRE A LES FINES HERBES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
17 LLACETS AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE BROU AMB ARRÒS PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	19 CREMA DE VERDURES LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA FRUITA DEL TEMPS	20 ARRÒS AMB VERDURETES I SALSA DE SOIA GALL DINDI AMB SALSETA I AMANIDA IOGURT	21 CIGRONS ESTOFATS AMB HORTALISSES LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS
24 CREMA DE PORROS CALAMARS A LA ROMANA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE L'ÀVIA SALSITXES DE PAGÈS AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA DE PATATA I Ceba AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	27 BRÓCOLI AMB PATATA POLLASTRE AMB CANYELLA I LLIMONA AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS I TASTET: MEL I MATÓ	28 ESPAGUETIS A LA CARBONARA PEIX FRESC AMB SALSETA 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.

Supa de lletres
de la bondat

CR F I R O N S F C N T R Y
Q E U E T E V A A J U H O O
O A E D E P N E U D W W I J
S N J I I Y C A S T A N Y A
C A W W C K U E W O H E P G
C O D O N Y A T M R O H A J
H M H E Y O N I A L B F D J
G V H P A C L Y U X Z E T Q
I S B E U G U I N E U J E E
E P A R A I G U E S C Z D T
P I N Y O T V M O N I A T O
M E S Q U I R O L F Y E A X
W A G L A K M A G R A N A W
V S A C A R B A S S A K W V



MEL I MATÓ

Sabies que és típic de Catalunya?
El mató és un formatge fresc i suau,
fet ben a prop de casa.
La mel, dolça i daurada, la fan les
abelles que viuen als nostres camps.



Junts formen unes
postres boníssimes,
naturals i plenes
d'energia!

Fruita de temporada



Un cop al mes, unes
postres casolanes



Cada mes **peix fresc**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat

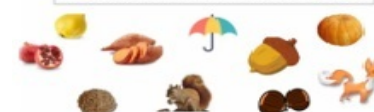


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 FESTIU	4 CREMA DE PORRO, PASTANAGA I NAP FIDEUÀ MARINERA AMB DAUS DE RAP FRUITA DEL TEMPS	5 LLENTIES GUISADES (SENSE CARN) TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	6 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ PEIX AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	7 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES POLLASTRE HALAL AL XILINDRÓN (tomàquet, ceba i pebrot) FRUITA DEL TEMPS
10 SOPA DE BROU HALAL O SOPA VEGETAL AMB PASTA MANDONGUILLES D'AU HALAL O GALL DINDI HALAL AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	11 MONGETA VERDA AMB PATATA GALL DINDI HALAL ADOBAT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS 2 DELÍCIES (PÈSOLS I PASTANAGA)(S/PERNIL) RAP AMB SALSA DE VERDURES IOGURT	13 MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINA TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	14 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS POLLASTRE HALAL AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS
17 LLACETS AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA VEGETAL AMB ARRÒS POLLASTRE HALAL ROSTIT AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	19 CREMA DE VERDURES LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA FRUITA DEL TEMPS	20 ARRÒS AMB VERDURETES I SALSA DE SOIA GALL DINDI HALAL AMB SALSETA IOGURT	21 CIGRONS ESTOFATS AMB HORTALISSES LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS
24 CREMA DE PORROS CALAMARS A LA ROMANA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE BROU HALAL O SOPA VEGETAL AMB PASTA SALSITXES D'AU HALAL O POLLASTRE HALAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA DE PATATA I CEBA AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	27 BRÓCOLI AMB PATATA POLLASTRE HALAL AMB CANYELLA I Llimona AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS I TASTET: MEL I MATÓ	28 PASTA A LA CARBONARA (S/CARN) PEIX FRESC AMB SALSETA 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.

*Supa de lletres
de la bondat*

CR F I R O N S F C N T R Y
Q E U E T E V A A J U H O O
O A E D E P N E U D W W I J
S N J I I Y C A S T A N Y A
C A W W C K U E W O H E P G
C O D O N Y A T M R O H A J
H M H E Y O N I A L B F D J
G V H P A C L Y U X Z E T Q
I S B E U G U I N E U J E E
E P A R A I G U E S C Z D T
P I N Y O T V M O N I A T O
M E S Q U I R O L F Y E A X
W A G L A K M A G R A N A W
V S A C A R B A S S A K W V



MEL I MATÓ

Sabies que és típic de Catalunya?
El mató és un formatge fresc i suau,
fet ben a prop de casa.
La mel, dolça i daurada, la fan les
abelles que viuen als nostres camps.



Junts formen unes
postres boníssimes,
naturals i plenes
d'energia!

Fruita de temporada



Un cop al mes, unes
postres casolanes



Cada mes **peix fresc**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 FESTIU	4 CREMA DE PORRO, PASTANAGA I NAP FIDEUÀ S/ GLUTEN S/OU DE LA CASA (S/PREPARAT) FRUITA DEL TEMPS	5 LLENTIES SENSE GLUTEN GUISADES TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	6 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ PEIX AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	7 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES PERNILETS DE POLLASTRE AL XILINDRÓN I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
10 SOPA DE BROU AMB PASTA S/ GLUTEN S/OU MANDONGUILLES MIXTES S/ GLUTEN S/OU O GALL DINDI AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	11 MONGETA VERDA AMB PATATA DAUS ADOBATS (S/CURRI) AMB GUARNICIÓ FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS 3 DELÍCIES (PERNIL, PÈSOLS I PASTANAGA) RAP AMB SALSA DE VERDURES IOGURT	13 MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINA TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	14 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS SENSE GLUTEN O SENSE CROSTONS POLLASTRE A LES FINES HERBES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
17 PASTA S/ GLUTEN S/OU AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE BROU AMB ARRÒS PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	19 CREMA DE VERDURES LASSANYA S/ GLUTEN DE LLENTIES S/ GLUTEN FRUITA DEL TEMPS	20 ARRÒS AMB VERDURES I SALSA DE SOIA SENSE GLUTEN O SENSE SALSA GALL DINDI AMB SALSETA I AMANIDA IOGURT	21 CIGRONS ESTOFATS AMB HORTALISSES LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS
24 CREMA DE PORROS PEIX ARREBOSSAT SENSE GLUTEN S/OU AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE BROU AMB PASTA S/ GLUTEN S/OU SALSITXES DE PAGÈS AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 LLENTIES SENSE GLUTEN ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA DE PATATA I CEBA AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	27 BRÓCOLI AMB PATATA POLLASTRE AMB CANYELLA I LLIMONA AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS I TASTET: MEL I MATÓ	28 PASTA S/ GLUTEN S/OU A LA CARBONARA PEIX FRESC AMB SALSETA 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.				

Supa de lletres
de la bondat



MEL I MATÓ

Sabies que és típic de Catalunya?
El mató és un formatge fresc i suau,
fet ben a prop de casa.
La mel, dolça i daurada, la fan les
abelles que viuen als nostres camps.



Junts formen unes
postres boníssimes,
naturals i plenes
d'energia!

Fruita de temporada



Un cop al mes, unes
postres casolanes



Cada mes **peix fresc**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 FESTIU	4 CREMA DE PORRO, PASTANAGA I NAP (SENSE LLET) FIDEUÀ DE LA CASA (S/PREPARAT) FRUITA DEL TEMPS	5 LLENTIES DE L'ÀVIA TRUITA A LA FRANCESA O OUS REMENATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	6 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ PEIX AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	7 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES PERNILETS DE POLLASTRE AL XILINDRÓN I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
10 SOPA DE BROU AMB PASTA (S/VEDELLA) MANDONGUILLES D'AU SENSE LLET O GALL DINDI AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	11 MONGETA VERDA AMB PATATA DAUS DE GALL DINDI ADOBATS AMB BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS 3 DELÍCIES (PÈSOLS, PASTANAGA I PERNIL S/LLET O SENSE PERNIL) RAP AMB SALSA DE VERDURES IOGURT DE SOIA	13 MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINA TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	14 CREMA DE CARBASSA (SENSE LLET) POLLASTRE A LES FINES HERBES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
17 LLACETS AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE BROU AMB ARRÒS PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	19 CREMA DE VERDURES (S/LLET) LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA (S/LLET NI FORMATGE) FRUITA DEL TEMPS	20 ARRÒS AMB VERDURETES I SALSA DE SOIA GALL DINDI AMB SALSETA I AMANIDA IOGURT DE SOIA	21 CIGRONS ESTOFATS AMB HORTALISSES LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS
24 CREMA DE PORROS (SENSE LLET) PEIX ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE BROU AMB PASTA (S/VEDELLA) SALSITXES DE PAGÈS AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA DE PATATA I Ceba AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	27 BRÓCOLI AMB PATATA POLLASTRE AMB CANYELLA I LLIMONA AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES IOGURT DE SOIA AMB MEL	28 PASTA AMB TOMÀQUET PEIX FRESC AMB SALSETA 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.				

Supa de lletres
de la tardor



MEL I MATÓ

Sabies que és típic de Catalunya?
El mató és un formatge fresc i suau,
fet ben a prop de casa.
La mel, dolça i daurada, la fan les
abelles que viuen als nostres camps.



Junts formen unes
postres boníssimes,
naturals i plenes
d'energia!

Fruita de temporada



Un cop al mes, unes
postres casolanes



Cada mes **peix fresc**

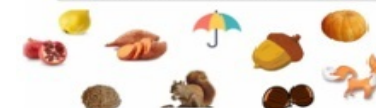
@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 FESTIU	4 CREMA DE PORRO, PASTANAGA I NAP FIDEUÀ MARINERA AMB DAUS DE RAP FRUITA DEL TEMPS	5 LLENTIES GUISADES (SENSE CARN) TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	6 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ PEIX AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	7 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES OUS DURS O LLEGUM AL XILINDRÒN FRUITA DEL TEMPS
10 SOPA VEGETAL AMB PASTA "MANDONGUILLES" DE PEIX O PEIX AMB Salsa de TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	11 MONGETA VERDA AMB PATATA TRUITA A LA FRANCESA AMB BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS 2 DELÍCIES (PÈSOLS I PASTANAGA)(S/PERNIL) RAP AMB Salsa de VERDURES IOGURT	13 MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINA TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	14 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS LLUÇ AL FORN A LES FINES HERBES AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
17 LLACETS AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA VEGETAL AMB ARRÒS PEIX AL FORN AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	19 CREMA DE VERDURES LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA FRUITA DEL TEMPS	20 ARRÒS AMB VERDURETES I Salsa de SOIA PEIX AMB SALSETA IOGURT	21 CIGRONS ESTOFATS AMB HORTALISSES LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS
24 CREMA DE PORROS CALAMARS A LA ROMANA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA VEGETAL AMB PASTA HAMBURGUESA DE PEIX O VEGETAL AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA DE PATATA I Ceba AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	27 BRÓCOLI AMB PATATA LLUÇ AL FORN AMB CANYELLA I LLIMONA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS I TASTET: MEL I MATÓ	28 PASTA A LA CARBONARA (S/CARN) PEIX FRESC AMB SALSETA 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.				

Supa de lletres
de la tardor



MEL I MATÓ

Sabies que és típic de Catalunya?
El mató és un formatge fresc i suau,
fet ben a prop de casa.
La mel, dolça i daurada, la fan les
abelles que viuen als nostres camps.



Junts formen unes
postres boníssimes,
naturals i plenes
d'energia!

Fruita de temporada



Un cop al mes, unes
postres casolanes



Cada mes **peix fresc**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasa.menjadorscat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 FESTIU	4 CREMA DE PORRO, PASTANAGA I NAP FIDEUÀ AMB CARN O VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	5 LLENTIES DE L'ÀVIA TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	6 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	7 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES PERNILETS DE POLLASTRE AL XILINDRÓN I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
10 SOPA DE BROU MANDONGUILLES MIXTES AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	11 MONGETA VERDA AMB PATATA DAUS DE GALL DINDI ADOBATS AMB BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS 3 DELÍCIES (PERNIL, PÈSOLS I PASTANAGA) LLOM AMB SALSA DE VERDURES IOGURT	13 MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINA TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	14 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS POLLASTRE A LES FINES HERBES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
17 LLACETS AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE BROU AMB ARRÒS PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	19 CREMA DE VERDURES LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA FRUITA DEL TEMPS	20 ARRÒS AMB VERDURETES I SALSA DE SOIA GALL DINDI AMB SALSETA I AMANIDA IOGURT	21 CIGRONS ESTOFATS AMB HORTALISSES OUS DURS AMB OLI I PEBRE VERMELL O OUS REMENATS I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
24 CREMA DE PORROS CARN ARREBOSSADA CASOLANA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE L'ÀVIA SALSITXES DE PAGÈS AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA DE PATATA I Ceba AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	27 BRÓCOLI AMB PATATA POLLASTRE AMB CANYELLA I LLIMONA AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS I TASTET: MEL I MATÓ	28 ESPAGUETIS A LA CARBONARA OUS DURS EN SALSA O REMENATS AMB TOMÀQUET 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.				

Supa de lletres
de la tardor

CR F I R O N S F C N T R Y
Q E U E T E V A A J U H O O
O A E D E P N E U D W W I J
S N J I I Y C A S T A N Y A
C A W W C K U E W O H E P G
C O D O N Y A T M R O H A J
H M H E Y O N I A L B F D J
G V H P A C L Y U X Z E T Q
I S B E U G U I N E U J E E
E P A R A I G U E S C Z D T
P I N Y O T V M O N I A T O
M E S Q U I R O L F Y E A X
W A G L A K M A G R A N A W
V S A C A R B A S S A K W V



MEL I MATÓ

Sabies que és típic de Catalunya?
El mató és un formatge fresc i suau,
fet ben a prop de casa.
La mel, dolça i daurada, la fan les
abelles que viuen als nostres camps.



Junts formen unes
postres boníssimes,
naturals i plenes
d'energia!

Fruita de temporada



Un cop al mes, unes
postres casolanes



Cada mes **peix fresc**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 FESTIU	4 CREMA DE PORRO, PASTANAGA I NAP FIDEUÀ S/ GLUTEN S/OU DE LA CASA (S/PREPARAT) FRUITA DEL TEMPS	5 LLENTIES DE L'ÀVIA "TRUITA VEGANA DE VERDURES I FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	6 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ PEIX AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	7 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES PERNILETS DE POLLASTRE AL XILINDRÓ I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
10 SOPA DE BROU (S/GALLINA) AMB PASTA S/ GLUTEN S/OU MANDONGUILLES MIXTES S/ GLUTEN S/OU O GALL DINDI AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	11 MONGETA VERDA AMB PATATA DAUS DE GALL DINDI ADOBATS AMB BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS 3 DELÍCIES (PERNIL, PÉSOLS I PASTANAGA) RAP AMB SALSA DE VERDURES IOGURT	13 MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINA "TRUITA VEGANA DE CARBASSÓ I PATATA AMB FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	14 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS POLLASTRE A LES FINES HERBES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
17 PASTA S/ GLUTEN S/OU AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) "TRUITA VEGANA DE VERDURES I FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB GUARNICÓ FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE BROU AMB ARRÒS PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	19 CREMA DE VERDURES MUSSACA D'ALBERGÍNIA O PATATA AMB LLENTIES (formatge s/ou o sense formatge) FRUITA DEL TEMPS	20 ARRÒS AMB VERDURETES I SALSA DE SOIA GALL DINDI AMB SALSETA I AMANIDA IOGURT	21 CIGRONS ESTOFATS AMB HORTALISSES LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS
24 CREMA DE PORROS PEIX ARREBOSSAT SENSE GLUTEN S/OU AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE BROU (S/GALLINA) AMB PASTA S/ GLUTEN S/OU SALSITXES DE PAGÈS AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES "TRUITA VEGANA DE PATATA I CEBA AMB FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL" O CARN PLANXA I BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	27 BRÓCOLI AMB PATATA POLLASTRE AMB CANYELLA I LLIMONA AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS I TASTET: MEL I MATÓ	28 PASTA S/ GLUTEN S/OU A LA CARBONARA PEIX FRESC AMB SALSETA 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.				

*Supa de lletres
de la tardor*



MEL I MATÓ

Sabies que és típic de Catalunya?
El mató és un formatge fresc i suau, fet ben a prop de casa.
La mel, dolça i daurada, la fan les abelles que viuen als nostres camps.



Junts formen unes postres boníssimes, naturals i plenes d'energia!

Fruita de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes



Cada mes **peix fresc**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 FESTIU	4 CREMA DE PORRO, PASTANAGA I NAP FIDEUÀ MARINERA AMB DAUS DE RAP FRUITA DEL TEMPS	5 LLENTIES GUISADES (SENSE CARN) TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	6 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ PEIX AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	7 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES PERNILETS DE POLLASTRE AL XILINDRÓN I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
10 SOPA DE BROU D'AU O VEGETAL AMB PASTA MANDONGUILLES D'AU O DE PEIX AMB Salsa de TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	11 MONGETA VERDA AMB PATATA DAUS DE GALL DINDI ADOBATS AMB BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS 2 DELÍCIES (PÈSOLS I PASTANAGA)(S/PERNIL) RAP AMB Salsa de VERDURES IOGURT	13 MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINA TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	14 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS POLLASTRE A LES FINES HERBES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
17 LLACETS AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA VEGETAL AMB ARRÒS PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	19 CREMA DE VERDURES LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA FRUITA DEL TEMPS	20 ARRÒS AMB VERDURETES I Salsa DE SOIA GALL DINDI AMB SALSETA I AMANIDA IOGURT	21 CIGRONS ESTOFATS AMB HORTALISSES LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS
24 CREMA DE PORROS CALAMARS A LA ROMANA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE BROU D'AU O VEGETAL AMB PASTA SALSITXES D'AU O POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA DE PATATA I Ceba AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	27 BRÓCOLI AMB PATATA POLLASTRE AMB CANYELLA I LLIMONA AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS I TASTET: MEL I MATÓ	28 PASTA A LA CARBONARA (S/CARN) PEIX FRESC AMB SALSETA 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.				

*Supa de lletres
de la tardor*

CR F I R O N S F C N T R Y
Q E U E T E V A A J U H O O
O A E D E P N E U D W W I J
S N J I I Y C A S T A N Y A
C A W W C K U E W O H E P G
C O D O N Y A T M R O H A J
H M H E Y O N I A L B F D J
G V H P A C L Y U X Z E T Q
I S B E U G U I N E U J E E
E P A R A I G U E S C Z D T
P I N Y O T V M O N I A T O
M E S Q U I R O L F Y E A X
W A G L A K M A G R A N A W
V S A C A R B A S S A K W V



MEL I MATÓ

Sabies que és típic de Catalunya?
El mató és un formatge fresc i suau,
fet ben a prop de casa.
La mel, dolça i daurada, la fan les
abelles que viuen als nostres camps.



Junts formen unes
postres boníssimes,
naturals i plenes
d'energia!

Fruita de temporada



Un cop al mes, unes
postres casolanes



Cada mes **peix fresc**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat

