

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA FIDEUS A LA CASSOLA FRUITA DEL TEMPS	3 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES GRATINADES BOTIFARRA DE PAGÈS AL FORN/ PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BROTS DE SOIA FRUITA DEL TEMPS	4 MONGETA VERDA AMB PATATA PEIX AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	5 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ALLS TENDRES AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT	6 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
9 MACARRONS A LA CARBONARA TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	10 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES LLOM AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	11 OLLA BARREJADA AMB CIGRONS, COL I PASTANAGA FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALISSES POLLASTRE AL FORN AMB SALS DE POMA IOGURT DE PROXIMITAT	13 CREMA DE MONGETES BLANQUES I PASTANAGA PIZZA CASOLANA DE XAMPINYONS I FORMATGE AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
16 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	17 ARRÒS AMB BOLETS GALL DINDI GUISAT AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	18 ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga) ALES DE POLLASTRE ADOBADES CASOLANES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	19 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PEIX FRESC A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	20 TASTET DE PÈSOLS DE LLAVANERES I SOPA DE BROU HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CÀRAMEL·LITZADA I AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT
23 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS AVUI TRIEN ELS NENS: RAVIOLIS DE FORMATGE AMB SALS A ESCOLLIR FRUITA DEL TEMPS	24 CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE LLETRES CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	26 BRÓCOLI AMB PATATA LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	27 ARRÒS AMB VERDURETES ESTOFAT DE CARN AMB XAMPINYONS "TORRIJA" CASOLANA
30 FESTIU	31 FESTIU			

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.

Segueix els números i aconseguiràs descobrir el dibuix amagat



Fruites de temporada



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

Varietat de **peix fresc** (maira, gallineta, seitó, canana,...)



Ús de **sal iodada**

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



Cada dia s'ofereix **pa integral**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA FIDEUS A LA CASSOLA (S/CARN) FRUITA DEL TEMPS	3 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES GRATINADES BOTIFARRA D'AU HALAL, PEIX O HAMBURGUESA VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	4 MONGETA VERDA AMB PATATA PEIX AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	5 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ALLS TENDRES AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT	6 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ POLLASTRE HALAL ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
9 PASTA A LA CARBONARA (S/CARN) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	10 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES PEIX AL FORN O HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 OLLA BARREJADA AMB CIGRONS, COL I PASTANAGA (SENSE CARN) FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALISSES POLLASTRE HALAL AMB SALSA DE POMA IOGURT DE PROXIMITAT	13 CREMA DE MONGETES BLANQUES I PASTANAGA PIZZA CASOLANA DE XAMPINYONS I FORMATGE AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
16 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	17 ARRÒS AMB BOLETS GALL DINDI HALAL AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	18 ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga) POLLASTRE HALAL ADOBAT CASOLÀ AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	19 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PEIX FRESC A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	20 SOPA DE BROU HALAL O SOPA VEGETAL AMB PASTA HAMBURGUESA HALAL O GALL DINDI HALAL AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT
23 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS AVUI TRIEN ELS NENS: RAVIOLIS DE FORMATGE AMB SALSA A ESCOLLIR (S/CARN) FRUITA DEL TEMPS	24 CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE BROU HALAL O SOPA VEGETAL AMB PASTA POLLASTRE HALAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 BRÓCOLI AMB PATATA LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	27 ARRÒS AMB VERDURETES GALL DINDI HALAL SALTAT O PEIX AMB XAMPINYONS "TORRIJA" CASOLANA
30 FESTIU	31 FESTIU			
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.				

Segueix els números i aconseguiràs descobrir el dibuix amagat



Fruites de temporada



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

Varietat de **peix fresc** (maira, gallineta, seitó, canana,...)



Ús de **sal iodada**

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



Cada dia s'ofereix **pa integral**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasa.menjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA FIDEUS S/GLUTEN S/OU A LA CASSOLA FRUITA DEL TEMPS	3 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES GRATINADES (SENSE GLUTEN) BOTIFARRA DE PAGÈS AL FORN/ PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BROTS DE SOIA FRUITA DEL TEMPS	4 MONGETA VERDA AMB PATATA PEIX AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	5 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ALLS TENDRES AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT	6 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ S/GLUTEN S/OU AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
9 PASTA S/GLUTEN S/OU A LA CARBONARA TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	10 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES LLOM AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	11 OLLA BARREJADA AMB CIGRONS, COL I PASTANAGA (S/GLUTEN S/OU) FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALISSES POLLASTRE AMB SALSA DE POMA (S/GLUTEN, S/LLET) IOGURT DE PROXIMITAT	13 CREMA DE MONGETES BLANQUES I PASTANAGA PIZZA S/GLUTEN O PANINI S/GLUTEN CASOLÀ DE XAMPINYONS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
16 LLENTIES S/GLUTEN ESTOFADES AMB CARBASSA TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	17 ARRÒS AMB BOLETS GALL DINDI GUISAT AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	18 PASTA S/GLUTEN S/OU A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga) ALES DE POLLASTRE ADOBADES (S/CURRI) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	19 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PEIX A LA LLIMONA (S/GLUTEN S/OU) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	20 SOPA DE BROU AMB PASTA S/GLUTEN S/OU HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CARAMEL·LITZADA I AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT
23 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS SENSE GLUTEN PASTA S/GLUTEN S/OU AMB SALSA S/GLUTEN S/OU FRUITA DEL TEMPS	24 CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE BROU AMB PASTA S/GLUTEN S/OU CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	26 BRÓCOLI AMB PATATA LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	27 ARRÒS AMB VERDURETES ESTOFAT DE CARN AMB XAMPINYONS "TORRIJA" CASOLANA S/GLUTEN
30 FESTIU	31 FESTIU			
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.				

Segueix els números i aconseguiràs descobrir el dibuix amagat



Fruites de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes

Varietat de peix fresc (maira, gallineta, seitó, canana,...)



Ús de sal iodada

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



Cada dia s'ofereix pa integral

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasa.menjadorscat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA FIDEUS A LA CASSOLA (S/CARN) FRUITA DEL TEMPS	3 LLESQUES DE VERDURES AMB PÀTATES GRATINADES PEIX O HAMBURGUESA VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	4 MONGETA VERDA AMB PATATA PEIX AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	5 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ALLS TENDRES AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT	6 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ VARETES DE PEIX O HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
9 PASTA A LA CARBONARA (S/CARN) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	10 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES PEIX AL FORN O HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 OLLA BARREJADA AMB CIGRONS, COL I PASTANAGA (SENSE CARN) FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALISSES LLUÇ AL FORN AMB SALSA DE POMA IOGURT DE PROXIMITAT	13 CREMA DE MONGETES BLANQUES I PASTANAGA PIZZA CASOLANA DE XAMPINYONS I FORMATGE AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
16 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	17 ARRÒS AMB BOLETS "MANDONGUILLES" DE PEIX O PEIX AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	18 ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga) OUS DURS AMB OLI I PEBRE VERMELL O OUS REMENATS I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	19 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PEIX FRESC A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	20 SOPA VEGETAL AMB PASTA HAMBURGUESA DE PEIX O VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT
23 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS AVUI TRIEN ELS NENS: RAVIOLIS DE FORMATGE AMB SALSA A ESCOLLIR (S/CARN) FRUITA DEL TEMPS	24 CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA VEGETAL AMB PASTA TRUITA A LA FRANCESA O OUS REMENATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 BRÓCOLI AMB PATATA LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	27 ARRÒS AMB VERDURETES "MANDONGUILLES" DE PEIX O PEIX AL FORN AMB XAMPINYONS "TORRIJA" CASOLANA
30 FESTIU	31 FESTIU			
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.				

Segueix els números i aconseguiràs descobrir el dibuix amagat



Fruites de temporada



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

Varietat de **peix fresc** (maira, gallineta, seitó, canana,...)



Ús de **sal iodada**

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



Cada dia s'ofereix **pa integral**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasa.menjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA FIDEUS A LA CASSOLA (S/CARN) FRUITA DEL TEMPS	3 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES GRATINADES BOTIFARRA D'AU, PEIX O HAMBURGUESA VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	4 MONGETA VERDA AMB PATATA PEIX AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	5 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ALLS TENDRES AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT	6 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
9 PASTA A LA CARBONARA (S/CARN) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	10 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES PEIX AL FORN O HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 OLLA BARREJADA AMB CIGRONS, COL I PASTANAGA (SENSE CARN) FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALISSES POLLASTRE AL FORN AMB SALS DE POMA IOGURT DE PROXIMITAT	13 CREMA DE MONGETES BLANQUES I PASTANAGA PIZZA CASOLANA DE XAMPINYONS I FORMATGE AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
16 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	17 ARRÒS AMB BOLETS GALL DINDI GUISAT AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	18 ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga) ALES DE POLLASTRE ADOBADES CASOLANES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	19 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PEIX FRESC A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	20 SOPA DE BROU D'AU O VEGETAL AMB PASTA HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CARMEL·LITZADA I AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT
23 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS AVUI TRIEN ELS NENS: RAVIOLIS DE FORMATGE AMB SALS A ESCOLLIR (S/CARN) FRUITA DEL TEMPS	24 CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE BROU D'AU O VEGETAL AMB PASTA CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	26 BRÓCOLI AMB PATATA LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	27 ARRÒS AMB VERDURETES GALL DINDI SALTAT O PEIX AMB XAMPINYONS "TORRIJA" CASOLANA
30 FESTIU	31 FESTIU			

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.

Segueix els números i aconseguiràs descobrir el dibuix amagat



Fruites de temporada



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

Varietat de **peix fresc** (maira, gallineta, seitó, canana,...)



Ús de **sal iodada**

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



Cada dia s'ofereix **pa integral**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasa.menjadorscolars.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA FIDEUS A LA CASSOLA (S/PEIX) FRUITA DEL TEMPS	3 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES GRATINADES BOTIFARRA DE PAGÈS AL FORN/ PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BROTS DE SOIA FRUITA DEL TEMPS	4 MONGETA VERDA AMB PATATA OUS DURS EN SALSA O REMENATS AMB TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	5 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ALLS TENDRES AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT	6 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
9 MACARRONS A LA CARBONARA TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	10 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES LLOM AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	11 OLLA BARREJADA AMB CIGRONS, COL I PASTANAGA OUS DURS O REMENATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALISSES POLLASTRE AL FORN AMB SALSA DE POMA IOGURT DE PROXIMITAT	13 CREMA DE MONGETES BLANQUES I PASTANAGA PIZZA CASOLANA DE XAMPINYONS I FORMATGE AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
16 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	17 ARRÒS AMB BOLETS GALL DINDI GUISAT AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	18 ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga) ALES DE POLLASTRE ADOBADES CASOLANES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	19 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) TRUITA A LA FRANCESA O OUS REMENATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	20 TASTET DE PÈSOLS DE LLAVANERES I SOPA DE BROU HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CÀRAMEL·LITZADA I AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT
23 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS AVUI TRIEN ELS NENS: RAVIOLIS DE FORMATGE AMB SALSA A ESCOLLIR FRUITA DEL TEMPS	24 CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE LLETRES CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	26 BRÓCOLI AMB PATATA OUS DURS AMB OLI I PEBRE VERMELL O OUS REMENATS I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	27 ARRÒS AMB VERDURETES ESTOFAT DE CARN AMB XAMPINYONS "TORRIJA" CASOLANA
30 FESTIU	31 FESTIU			

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.

Segueix els números i aconseguiràs descobrir el dibuix amagat



Fruites de temporada



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

Varietat de **peix fresc** (maira, gallineta, seitó, canana,...)



Ús de **sal iodada**

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



Cada dia s'ofereix **pa integral**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA FIDEUS S/GLUTEN S/OU A LA CASSOLA FRUITA DEL TEMPS	3 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES GRATINADES (formatge s/ou o sense formatge) BOTIFARRA DE PAGÈS AL FORN/ PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BROTS DE SOIA FRUITA DEL TEMPS	4 MONGETA VERDA AMB PATATA PEIX AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	5 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES "TRUITA VEGANA" D'ALLS TENDRES AMB FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL O CARN PLANXA AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT	6 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ S/GLUTEN S/OU AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
9 PASTA S/GLUTEN S/OU A LA CARBONARA "TRUITA VEGANA DE VERDURES I FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB GUARNICIÓ FRUITA DEL TEMPS	10 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES LLOM AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	11 OLLA BARREJADA AMB CIGRONS, COL I PASTANAGA (S/GLUTEN S/OU) FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALISSES POLLASTRE AL FORN AMB SALS DE POMA IOGURT DE PROXIMITAT	13 CREMA DE MONGETES BLANQUES I PASTANAGA PIZZA S/OU O PANINI CASOLÀ DE XAMPINYONS (formatge s/ou o sense formatge) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
16 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA "TRUITA VEGANA DE VERDURES I FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	17 ARRÒS AMB BOLETS GALL DINDI GUISAT AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	18 PASTA S/GLUTEN S/OU A LA NAPOLITANA (formatge s/ou o sense formatge) ALES DE POLLASTRE ADOBADES CASOLANES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	19 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PEIX A LA LLIMONA (S/GLUTEN S/OU) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	20 SOPA DE BROU (S/GALLINA) AMB PASTA S/GLUTEN S/OU HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CARMEL·LITZADA I AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT
23 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS PASTA S/GLUTEN S/OU AMB SALS S/GLUTEN S/OU FRUITA DEL TEMPS	24 CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS "TRUITA VEGANA DE CARBASSÓ I PATATA AMB FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE BROU AMB PASTA S/GLUTEN S/OU CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	26 BRÓCOLI AMB PATATA LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	27 ARRÒS AMB VERDURETES ESTOFAT DE CARN AMB XAMPINYONS "TORRIJA" CASOLANA SENSE OU
30 FESTIU	31 FESTIU			

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.

Segueix els números i aconseguiràs descobrir el dibuix amagat



Fruites de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes

Varietat de **peix fresc** (maira, gallineta, seitó, canana,...)



Ús de **sal iodada**

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



Cada dia s'ofereix **pa integral**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



Sense lactosa o PLV (Proteïna de la Llet de Vaca) - Març 2026

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA (SENSE LLET) FIDEUS A LA CASSOLA FRUITA DEL TEMPS	3 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES (S/LLET NI FORMATGE) BOTIFARRA DE PAGÈS AL FORN/ PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BROTS DE SOIA FRUITA DEL TEMPS	4 MONGETA VERDA AMB PATATA PEIX AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	5 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ALLS TENDRES AMB AMANIDA IOGURT DE SOIA	6 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
9 PASTA AMB TOMÀQUET TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	10 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES LLOM AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	11 OLLA BARREJADA AMB CIGRONS, COL I PASTANAGA (S/VEDELLA) FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALISSES POLLASTRE AMB SALSA DE POMA (S/GLUTEN, S/LLET) IOGURT DE SOIA	13 CREMA DE MONGETES BLANQUES I PASTANAGA (S/LLET) PIZZA S/LLET O PANINI CASOLÀ DE XAMPINYONS (S/FORMATGE) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
16 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA TRUITA A LA FRANCESA O OUS REMENATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	17 ARRÒS AMB BOLETS GALL DINDI GUISAT AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	18 PASTA A LA NAPOLITANA (sense formatge) ALES DE POLLASTRE ADOBADES CASOLANES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	19 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PEIX FRESC A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	20 SOPA DE BROU AMB PASTA (S/VEDELLA) HAMBURGUESA D'AU (S/LLET) O GALL DINDI PLANXA AMB AMANIDA IOGURT DE SOIA
23 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES (S/LLET) AMB CROSTONS CASOLANS PASTA (NO RAVIOLIS) AMB SALSA DE TOMÀQUET (S/LLET) FRUITA DEL TEMPS	24 CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE LLETRES (BROU SENSE VEDELLA) CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	26 BRÓCOLI AMB PATATA LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	27 ARRÒS AMB VERDURETES GALL DINDI SALTAT O PEIX AMB XAMPINYONS "TORRIJA" CASOLANA SENSE LLET
30 FESTIU	31 FESTIU			

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.

*Segueix els números i
aconseguiràs descobrir el dibuix
amagat*



Fruites de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes

Varietat de **peix fresc** (maira, gallineta, seitó, canana,...)



Ús de **sal iodada**

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



Cada dia s'ofereix
pa integral

 @comacasa.menjadorscolars

 www.comacasamenjadors.cat

