

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1	2	3
		FESTIU	FESTIU	FESTIU
6	7	8	9	10
FESTIU	ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ CROQUETES DE L'ÀVIA AMB AMANIDA (1,2,3,4,6,7,8,9,13) FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA (1) LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ESCÀROLA, PASTANAGA I RAVE (4,13) FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE BROU AMB PASTA (1,3,6,9,12) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE (3) FRUITA DEL TEMPS	COLIFLOR AMB PATATA (11) POLLASTRE AL FORN AMB XILINDRÓN (tomàquet, ceba i pebrot) FRUITA DEL TEMPS
13	14	15	16	17
CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS FETS AL FORN (1,6,9,11) TRUITA DE GAMBETES AMB AMANIDA (3,2) FRUITA DEL TEMPS	MONGETA VERDA AMB PATATA (11) LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA (1,3,6,7,9) FRUITA DEL TEMPS	SOPA MINISTRONE (1,3,6,9,12) GALL DINDI GUISAT AMB SALSETA I VERDURES FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES SALMÓ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (4,5,8) MATÓ DE PROXIMITAT (7)	ARRÒS 3 DELÍCIES CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS
20	21	22	23	24
CREMA DE PÈSOLS I PASTANAGA (11) FIDEUÀ AMB CARXOFES (1,3,6,9) FRUITA DEL TEMPS	MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA DE PATATA I CEBA AMB BASTONETS DE PASTANAGA (3,11) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALISSES BACALLÀ AL FORN AMB SUAU MUSSOLINA D'ALLIOLI DE LLET (4,7,13) FRUITA DEL TEMPS	MENÚ DE SANT JORDI: SOPA DE LLETRES (1,3,6,9,12) LLIBRETS CASOLANS FARCITS DE PERNIL I FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (1,3,6,7,9,10) PASTÍS DE SANT JORDI (1,3,5,6,7,8,9,11)	BRÓCOLI AMB PATATA (11) POLLASTRE A LES FINES HERBES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
27	28	29	30	
MACARRONS A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga)(1,3,6,9) TRUITA D'ESPÀRRECS I PATATA AMB AMANIDA (3,11) FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES (1) PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	MINISTRA DE VERDURES I PÈSOLS (11) HAMBURGUESA/ MANDONGUILLES DE VEDELLA AMB SALS DE TOMÀQUET I ENCIAM (6,11) FRUITA DEL TEMPS	TASTET: MUSCLO DEL DELTA DE L'EBRE I ARRÒS AL CURRI AMB VERDURES (1,9,13) SUQUET DE PEIX FRESC AMB HORTALISSES (2,4,11,13) POSTRA CASOLÀ: MACEDÒNIA DE FRUITA NATURAL	

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.



Amb aquests números permet identificar els al·lèrgens de cada plat.

Feliç diada de Sant Jordi



Fruites de temporada




Pa de Casola Un cop al mes, **postres casolanes**

Variatet 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

