

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 PEIX A LA JARDINERA (pèsols i pastanaga) FRUITA DEL TEMPS	SOPA VEGETAL AMB PASTA OUS DURS AMB OLI I PEBRE VERMELL I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA DE PATATA I CEBA AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT	AMANIDA RUSSA LLUÇ O TOFU AMB SALS 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 SAMFAINA HAMBURGUESA DE PEIX O VEGETAL AMB AMANIDA IOGURT AMB FRUITA NATURAL	FESTIU
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