

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 PEIX A LA JARDINERA (pèsols i pastanaga) FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE BROU AMB PASTA S/GLUTEN S/OU PINXOS DE POLLASTRE ADOBATS CASOLANS AMB AMANIDA (enciam i cogombre) 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 FESTIU
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