

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	3	4	5	6
9 ESPAGUETIS S/GLUTEN S/OU A LA NAPOLITANA (formatge s/ou) POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ S/GLUTEN S/OU AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	10 LLENTIES AMB TOMÀQUET I PASTANAGA "TRUITA VEGANA AMB FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB AMANIDA 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 CASOLANS 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 VEGANA DE PATATA I CEBA AMB FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB AMANIDA IOGURT	20 AMANIDA RUSSA (S/OU NI MAIONESA) RODÓ DE GALL DINDI AMB SALSA DE VERDURES I ENCIAM FRUITA DEL TEMPS
23 AMANIDA DE PASTA S/GLUTEN S/OU (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 VEGANA DE FARINA DE CIGRÓ I VERDURES" O PEIX PLANXA AMB ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	26 MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINÀ HAMBURGUESA MIXTA AMB AMANIDA IOGURT AMB FRUITA NATURAL	27 FESTIU
30 CREMA DE LLEGUMS 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 iodada 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