

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 CREMA DE PASTANAGA I XIRIVIA FIDEUÀ VEGETAL AMB PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS	3 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES SALSITXES DE PAGÈS A LA PLANXA/FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	4 COLIFLOR AMB PATATA A LA GALLEGA (oli, all i pebre vermell) GALL DINDI AMB SALSA DE VERDURES FRUITA DEL TEMPS	5 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ALLS TENDRES AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT	6 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ POLLASTRE AMB CANYELLA I LLIMONA AL FORN AMB COL LLOMBARDA I POMA FRUITA DEL TEMPS
9 MACARRONS A LA CARBONARA TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	10 MINESTRA DE VERDURES I PÈSOLS GALL DINDI GUISAT AMB SALSETA 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 LLEGUMS 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 BLEDA AMB PATATA SALTADA AMB ALLET PAELLA DE CARN O VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	18 MACARRONS 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

