

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 FESTIU
4 FESTIU	5 CREMA DE VERDURES AMB FORMATGE (7,11) FIDEUÀ VEGETAL AMB PÈSOLS (1,3,6,9) FRUITA DEL TEMPS	6 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA A LA FRANCESA AMB BASTONETS DE PASTANAGA (3) FRUITA DEL TEMPS	7 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (4,5,8,13) FRUITA DEL TEMPS	8 COLIFLOR AMB PATATA (11) GALL DINDI GUISAT A LA JARDINERA (pèsols i pastanaga) FRUITA DEL TEMPS
11 PASTA AL PESTO DE BRÒCOLI I FORMATGE (1,3,6,7,9) TRUITA DE PATATA I CEBA AMB ENCIAM I OLIVES (3) FRUITA DEL TEMPS	12 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES (1,11) PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS (11) FRUITA DEL TEMPS	13 ARRÒS 3 DELÍCIES CALAMARS GUISATS AMB SALSETA I PATATES (11,13) FRUITA DEL TEMPS	14 PURÉ DE CARBASSÓ (11) PIZZA CASOLANA DE GALL DINDI I FORMATGE AMB AMANIDA (1,6,7,9) FRUITA DEL TEMPS	15 FESTIU
18 MINESTRA DE VERDURES (11) PAELLA DEL CUINER/A AMB PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS	19 ESPINACS AMB BEIXAMEL (1,6,7,9,11) HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CARMEL-LITZADA I AMANIDA (6,11) FRUITA DEL TEMPS	20 CIGRONS ESTOFATS AMB HORTALISSES TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA (3,7) FRUITA DEL TEMPS	21 MACARRONS A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga)(1,3,6,9) PEIX FRESC SEGONS MERCAT A LA LLLIMONA FREGIT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS I TASTET DE CIRERA DEL BAIX LLOBREGAT	22 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES (11) ALES DE POLLASTRE ADOBADES CASOLANES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO (1,9) IOGURT A GRANEL AMB MADUIXA DE TEMPORADA (7)
25 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (4) SALSITXES DE PAGÈS A LA PLANXA/FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (6,11) FRUITA DEL TEMPS	26 ARRÒS AMB VERDURETES TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	27 LLENTIES GUISADES (1,11) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (4,13) FRUITA DEL TEMPS	28 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) PINXOS DE POLLASTRE SALTATS A L'ALLET AMB AMANIDA DE RÚCULA (11) IOGURT DE PROXIMITAT (7)	29 CREMA DE PÈSOLS I PASTANAGA (11) AVUI TRIEN ELS NENS: TORTEL-LINIS DE FORMATGE AMB SALSINA A ESCOLLIR (1,3,6,7,9) FRUITA DEL TEMPS

Un cop al mes, unes postres casolanes. Es servirà pa integral. Us d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir. Us 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.

Escriu les paraules d'aquests mots creuats



Fruites de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes

Varietat de peix fresc



Cada dia s'ofereix pa integral

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat

