

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 FESTIU	2 FESTIU	3 FESTIU	4 FESTIU
7 FESTIU	8 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	9 TRINXAT DE COL I PATATA AMB ALLET (11) PEIX AL XILINDRÓN FRUITA DEL TEMPS	10 PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga) (1,6,9) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	11 FESTIU
14 ESPIRALS AL PESTO DE BRÒCOLI I FORMATGE (1,3,6,7,9) TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA (3,7) FRUITA DEL TEMPS	15 FESOLS GUIATS AMB HORTALISSES HAMBURGUESA DE PEIX O VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	16 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS FETS AL FORN (1,6,9,11) FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA (2,4,13) IOGURT DE PROXIMITAT (7)	17 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) CASSOLETA DE CIGRONS ECO AMB VERDURETES DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE PEIX AMB ARRÒS (2,4,11,13) PEIX AL FORN AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS
21 LLACETS AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) (1,3,6,9) OUS REMENATS AMB XAMPINYONS O TRUITA DE XAMPINYONS AMB AMANIDA (3) FRUITA DEL TEMPS	22 MINESTRA CASOLANA AMANIDA AMB OLI D'OLIVA (11) LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA (1,3,6,7,9) FRUITA DEL TEMPS	23 CREMA DE VERDURES (11) LLUÇ AL FORN A LA FARIGOLA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	24 ARRÒS AL PESTO (oli, alfàbrega i formatge) (7) SUQUET DE PEIX FRESC AMB HORTALISSES (2,4,11,13) FRUITA DEL TEMPS	25 FESTIU
28 CREMA DE PORROS (11) LLENTIES GUIADES (SENSE CARN) FRUITA DEL TEMPS	29 ARRÒS INTEGRAL AMB VERDURES TRUITA A LA FRANCESA O OUS REMENATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	30 BRÒCOLI AMB PATATA AMANIT AMB OLI D'OLIVA (11) HAMBURGUESA DE PEIX O VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS		
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.				

Declaració d'al·lèrgens



Amb aquests números permet identificar els al·lèrgens de cada plat.

BON INICI DE CURS

Fruites de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes

Varietat de peix fresc

Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir

Ús de sal iodada per cuinar

Cada dia s'ofereix **pa integral**

Producte de proximitat

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat