



DILLUNS 1

DIMARTS 2

DIMECRES 3

DIJOUS 4

DIVENDRES 5

TALLARINS AMB OLIVES NEGRES (PASTA SENSE GLUTEN)
PEIX ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE BLAT DE MORO I AMANIDA D'ENCIAM I SOJA
FRUITA DEL TEMPS

ARRÒS A LA CASSOLA
TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA DEL TEMPS

MONGETA TENDRA AMB PATATA
HAMBURGUESA MIXTA (SENSE GLUTEN) AMB AMANIDA D'ENCIAM IBLAT DE MORO
IOGURT

LLENTIES GUISADES AMB PASTANAGA
POLLASTRE PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 8

DIMARTS 9

DIMECRES 10

DIJOUS 11

DIVENDRES 12

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORT
SUQUET DE PEIX AMB PATATES
FRUITA DEL TEMPS

COL I FLOR AMB PATATA
POLLASTRE AL FORN AMB SALSETA I ARRÒS
FRUITA DEL TEMPS

CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES DE TEMPORADA
TRUITA DE PERNIL DOLÇ AMB TOMÀQUET AMANIT/ENCIAM
FRUITA DEL TEMPS

PURÉ DE CARBASSA AMB PIPES DE GIRA-SOL
FIDEUÀ MARINERA AMB SÍPIA I GAMBETES (PASTA SENSE GLUTEN)
IOGURT

SOPA DE BROU (PASTA SENSE GLUTEN)
LLIBRETS DE PERNILDOLÇ I FORMATGE ARREBOSSATS AMB FARINA DE BLAT DE MORO AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 15

DIMARTS 16

DIMECRES 17

DIJOUS 18

DIVENDRES 19

CREMA DE LLEGUMS
TRUITA DE PATATES AMB AMANIDA D'ENCIAM
FRUITA DEL TEMPS

ARRÒS AMB TOMÀQUET
LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA
FRUITA DEL TEMPS

BLEDES I PATATES SALTEJADES A L'ALLET
MANDONGUILLES MIXTES (SENSE GLUTEN) AMB VERDURETES
FRUITA DEL TEMPS

GASTRONOMIA ITALIANA ESPAGUETTIS AL PESTO (PASTA SENSE GLUTEN)
POLLASTRE A LA PARMESANA (ARREBOSSAT AMB FARINA DE BLAT DE MORO) AMB AMANIDA
POSTRE SENSE GLUTEN O IOGURT O FRUITA

SOPA DE BROU CASOLÀ (PASTA SENSE GLUTEN)
LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA (PASTA SENSE GLUTEN)
FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 22

DIMARTS 23

DIMECRES 24

DIJOUS 25

DIVENDRES 26

MACARRONS SALTEJATS AMB CEBA (PASTA SENSE GLUTEN)
FOGONER AL FORN AMB ALL I OLI SUAU AMB AMANIDA D'ENCIAM
FRUITA DEL TEMPS

SOPA DE PEIX AMB ARRÒS
TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

PATATES GRATINADES AL FORN AMB VERDURETES
SALSITXES DE PORC (SENSE GLUTEN) AMB TOMÀQUET I AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES NEGRES
FRUITA DEL TEMPS

CIGRONS GUISATS AMB VERDURETES
PEIX ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE BLAT DE MORO I AMANIDA D'ENCIAM
POSTRE CASOLÀ SENSE GLUTEN O IOGURT O FRUITA

TRINXAT DE COL I PATATA (BACÓ SENSE GLUTEN)
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB SALSETA I VERDURES
FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 29

DIMARTS 30

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA, PEBROT I CEBA
TRUITA FRANCESA AMANIDA D'ENCIAM
FRUITA DEL TEMPS

FESTA



Un cop al mes, postre casolà

Les fruites del temps són: pera, plàtan, taronja, poma, mandarines...

Es servirà pa integral. Ús d'oli d'oliva per cuinar i oli d'oliva verge per amanir. Oli de gira-sol alt oleic per fregir.

Ús de sal iodada per cuinar

Carn i Pollastre produïts a Catalunya 100% Menús valorats nutricionalment per Aroa Espinosa Ruiz

Nº col·legiada CAT 001178

La CARABASSA – producte de temporada



Crea la teva recepta amb aquest producte i participa del nostre concurs de "Petits chef"

Fes una foto del teu plat i etiqueta'ns al Instagram

@comacasa.menjadors escolars durant el mes de novembre amb el #petitschefs

Una sorpresa per a la recepta més original!