

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

*El tomàquet necessita la vostra ajuda per trobar el camí fins als seus amics!*

| DIMARTS 1   | DIMECRES 2   | DIJOURS 3  | DIVENDRES 4  |
|---|--|--|--|
| LLENTIES GUISADES AMB PASTANAGA<br>CUES DE RAP AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I SOJA<br>FRUITA DEL TEMPS | <b>ARRÒS A LA CASSOLA (SENSE PORC)</b><br>TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO<br>FRUITA DEL TEMPS | MONGETA TENDRA AMB PATATA<br><b>PEIX ARREBOSSAT FET PER LA CUINERA</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>IOGURT | TALLARINS AMB OLIVES NEGRES<br><b>REMNAT D'OUS</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE<br>FRUITA DEL TEMPS |

| DILLUNS 7  | DIMARTS 8   | DIMECRES 9   | DIJOURS 10   | DIVENDRES 11   |
|--|---|--|--|--|
| MACARRONS AMB VERDURES DE L'HORT<br>PEIX AL FORN AMB PATATES<br>FRUITA DEL TEMPS | COL I FLOR AMB PATATA<br><b>PEIX AL FORN AMB SALSETA</b> I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA<br>FRUITA DEL TEMPS | CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES DE TEMPORADA<br><b>TRUITA FRANCESA</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET<br>FRUITA DEL TEMPS | PURÉ DE CARBASSA<br><b>PAELLA MARINERA</b><br>FRUITA DEL TEMPS | <b>SOPA DE BROU VEGETAL</b><br><b>HAMBURGUESA DE PEIX</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM<br>IOGURT |

| DILLUNS 14   | DIMARTS 15   | DIMECRES 16  | DIJOURS 17   | DIVENDRES 18   |
|--|--|--|--|--|
| LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES<br>TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA<br>FRUITA DEL TEMPS | ESPAGUETIS AL PESTO<br>LLUÇ A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DEL TEMPS | BLEDES I PATATES SALTEJADES AMB ALLET<br><b>MANDONGUILLES DE PEIX</b> AMB VERDURETES<br>FRUITA DEL TEMPS | <b>GASTRONOMIA ANGLESA COCK'A'LEEKIE (SENSE POLLASTRE)</b><br><b>FISH AND CHIPS</b><br> <b>LEMON LOAF</b><br>FRUITA DEL TEMPS | CREMA DE CARBASSÓ<br>LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA<br>FRUITA DEL TEMPS |

| DILLUNS 21   | DIMARTS 22   | DIMECRES 23   | DIJOURS 24  | DIVENDRES 25   |
|--|--|---|---|--|
| MACARRONS SALTEJATS AMB CEBA<br>FOGONER AL FORN AMB ALL I OLI SUAU AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO<br>FRUITA DEL TEMPS | SOPA DE PEIX AMB ARRÒS<br>TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM<br>FRUITA DEL TEMPS | <b>TRINXAT DE COL I PATATA (SENSE BACÓ)</b><br><b>OUS DURS AMB SALSETA I VERDURES</b><br>IOGURT | MONGETES ESTOFADES AMB VERDURETES<br><b>PEIX AMB SALSA DE TOMÀQUET</b> I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA<br>FRUITA DEL TEMPS | PATATES GRATINADES AL FORN AMB VERDURETES<br><b>NUGGETS DE BRÒCOLI</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I SOJA<br>FRUITA DEL TEMPS |

**DILLUNS 28**


**FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ**



*Un cop al mes, postre casolà*



 @comacasa.menjadors escolars

 [www.comacasamenjadors.cat](http://www.comacasamenjadors.cat)

