

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

LLENTIES GUISADES AMB PASTANAGA
CUES DE RAP AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I SOJA
FRUITA DEL TEMPS

DIMECRES 2

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

DIJOUS 3

MONGETA TENDRA AMB PATATA
LLIBRETS DE POLLASTRE I FORMATGE FETS PER LA CUINERA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
IOGURT

DIVENDRES 4

TALLARINS AMB OLIVES NEGRES
PINXOS DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 7

DIMARTS 8

DIMECRES 9

DIJOUS 10

DIVENDRES 11

MACARRONS AMB VERDURES DE L'HORT
PEIX AL FORN AMB PATATES
FRUITA DEL TEMPS

COL I FLOR AMB PATATA
POLLASTRE AL FORN AMB SALSETA I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES DE TEMPORADA
TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

PURÉ DE CARBASSA
PAELLA MARINERA
FRUITA DEL TEMPS

SOPA DE BROU VEGETAL O SENSE PORC
HAMBURGUESA DE PEIX AMB AMANIDA D'ENCIAM
IOGURT

DILLUNS 14

DIMARTS 15

DIMECRES 16

DIJOUS 17

DIVENDRES 18

ARRÒS AMB TOMÀQUET
TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA
FRUITA DEL TEMPS

ESPAGUETIS AL PESTO
LLUÇ A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

BLEDES I PATATES SALTEJADES AMB ALLET
MANDONGUILLES DE PEIX AMB VERDURETES
FRUITA DEL TEMPS

GASTRONOMIA ANGLESA COCK'A'LEEKIE
FISH AND CHIPS
LEMON LOAF

CREMA DE CARBASSÓ
LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA
FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 21

DIMARTS 22

DIMECRES 23

DIJOUS 24

DIVENDRES 25

MACARRONS SALTEJATS AMB CEBA
FOGONER AL FORN AMB ALL I OLI SUAU AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA DEL TEMPS

SOPA DE PEIX AMB ARRÒS
TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM
FRUITA DEL TEMPS

TRINXAT DE COL I PATATA
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB SALSETA I VERDURES
IOGURT

MONGETES ESTOFADES AMB VERDURETES
PEIX AMB SALSA DE TOMÀQUET I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

PATATES GRATINADES AL FORN AMB VERDURETES
NUGGETS DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I SOJA
FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 28

FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ



Un cop al mes, postre casolà



COM A CASA

Menjadors escolars



@comacasa.menjadors escolars



www.comacasamenjadors.cat

