



Un cop al mes, postre casolà

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat

DIVENDRES 1

CIGRONS SALTEJATS AMB TOMÀQUET, PASTANAGA I CEBA

HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES DE GIRA -SOL

FRUITA DEL TEMPS

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%

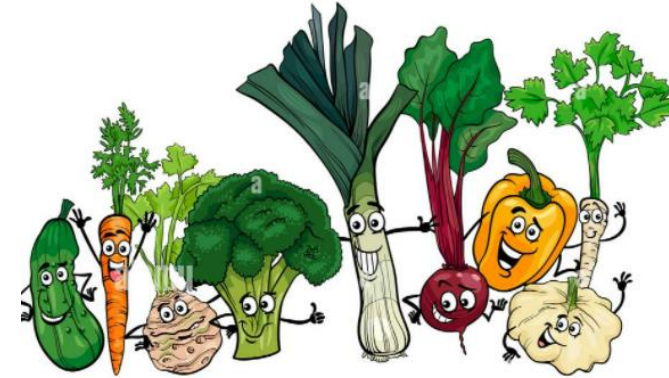
Menús valorats nutricionalment per:

Aroa Espinosa Ruiz

Nº col·legiada CAT 001178

UN NOU REPTE!

PODREU TROBAR LES 7 DIFERÈNCIES?



DILLUNS 4

AMANIDA COMPLERTA (SENSE LLET NI DERIVATS)

FIDEUÀ AMB GAMBETES

FRUITA DEL TEMPS

DIMARTS 5

BRÒCOLI I PATATA

CARN MAGRA AMB SALSETA

FRUITA DEL TEMPS

DIMECRES 6

ARRÒS AMB VERDURETES DE L'HORT

LLUÇ AL FORN AMB VERDURETES DE TEMPORADA I AMANIDA I TOMÀQUET

FRUITA DEL TEMPS

DIJOURS 7

SOPA DE PISTONS

ESCALOPA DE POLLASTRE CASOLANA (SENSE TRACES DE LLET NI DERIVATS) AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES

FRUITA DEL TEMPS

DIVENDRES 8

LLENTIES GUISADES AMB PASTANAGA I PEBROT

TRUITA DE PATATES AMB AMANIDA D'ENCIAM I SOIA

POSTRE SENSE LLET NI DERIVATS

DILLUNS 11

FESTA

DIMARTS 12

FESTA

DIMECRES 13

FESTA

DIJOURS 14

FESTA

DIVENDRES 15

FESTA

DILLUNS 18

FESTA

DIMARTS 19

ARRÒS AMB TOMÀQUET

POLLASTRE AL FORN O PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA

FRUITA DEL TEMPS

DIMECRES 20

AMANIDA DE CIGRONS AMB ENCIAM I TOMÀQUET

TRUITA FRANCESA AMB PATATA AL CALIU

FRUITA DEL TEMPS

DIJOURS 21

COLIFLOR AL FORN O VAPOR (SENSE LLET NI DERIVATS)

CUETES DE RAP AMB SALSETA

FRUITA DEL TEMPS

DIVENDRES 22

ESCUDELLA CATALANA (SENSE LLET NI DERIVATS)

BOTIFARRA DE PAGÈS AMB SEQUES

PA AMB TOMÀQUET

POSTRE SENSE LLET NI DERIVATS

DILLUNS 25

MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL

TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO

FRUITA DEL TEMPS

DIMARTS 26

MONGETA TENDRA SALTEJADA AMB ALLET

PAELLA (SI PREPARAT DE PAELLA: SENSE TRACES DE LLET NI DERIVATS)

FRUITA DEL TEMPS

DIMECRES 27

CREMA DE PORROS AMB ROSTES (ROSTES SENSE TRACES DE LLET NI DERIVATS) O SENSE ROSTES (CREMA SENSE LLET NI DERIVATS)

PERNILETS DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES NEGRES

FRUITA DEL TEMPS

DIJOURS 28

PATATES ESTOFADES

FOGONER AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA

FRUITA DEL TEMPS

DIVENDRES 28

GASTRONOMIA DE MÈXIC SOPA TARASCA (SENSE LLET NI DERIVATS)

TACOS AL PASTOR

ARRÒS AMB BEGUDA VEGETAL O POSTRE SENSE LLET NI DERIVATS

