

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

DILLUNS 2		DIMARTS 3		DIMECRES 4		DIJOURS 5		DIVENDRES 6	
FESTA		MINISTRA DE VERDURA		SOPA DE PEIX AMB ARRÓS		ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET		CREMA DE PÈSOLS AMB CROSTONS (SENSE TRACES DE LLET NI DERIVATS)	
		FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS	
AMANIDA D'ARRÓS AMB BLAT DE MORO I PASTANAGA		CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES DE TEMPORADA		CREMA DE CARBASSA		MONGETA TENDRA I PATATA		MACARRONS A LA NAPOLITANA SENSE FORMATGE	
TIRES DE GALL D'INDI ARREBOSAT CASOLÀ (SENSE TRACES DE LLET NI DERIVATS)		OUS AMB TOMÀQUET AMB AMANIDA D'ENCIAM		CUIXETES DE POLLASTRE AMB SALSETA I CUSCÚS		LLOM DE DOS COLORS PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES DE GIRASOL		CUETES DE RAP AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES	
FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS	
DILLUNS 16		DIMARTS 17		DIMECRES 18		DIJOURS 19		DIVENDRES 20	
LLACETS AMB PESTO D'ESPINACS (SENSE FORMATGE)		PATATES ESTOFADES AMB VERDURETES DE L'HORT		CREMA DE CARBASSÓ		ARRÓS AMB TOMÀQUET		BRÒQUIL SALTEJAT AMB CEBA	
TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO		LLIMANDA AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA		LASSANYA DE LLENTIES (SENSE FORMATGE)		POLLASTRE ROSTIT AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE		ESTOFAT DE VEDELLA	
FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS	
DILLUNS 23		DIMARTS 24		DIMECRES 25		DIJOURS 26		DIVENDRES 27	
AMANIDA DE PASTA AMB PERNIL CUIT, TOMÀQUET I BLAT DE MORO		CREMA DE LLEGUMS		TRINXAT DE COL I PATATA		CIGRONS ESTOFATS AMB PASTANAGA, PEBROT I CEBA		GASTRONOMIA DE XINA	
SUQUET DE PEIX AMB SÍPIA		SALSITXES DE PORC AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES		TRUITA DE CARBASSÓ I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA		PEIX PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM		ARRÓS 3 DELÍCIES	
FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS		POLLASTRE AMB AMETLLES	
				POSTRE DE SOIA				POSTRE ESPECIAL (SENSE LLET NI DERIVATS)	
DILLUNS 30		DIMARTS 31							
BLEDES SALTEJADES AMB ALLET		MONGETES SEQUES GUISADES AMB VERDURES DE TEMPORADA							
ARRÓS A LA MARINERA (PREPARAT DE PAELLA SENSE TRACES DE LLET NI DERIVATS)		CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES							
FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS							



Un cop al mes, postre casolà



@comacasa.menjadorscolars



www.comacasamenjadors.cat

