

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
ESPAGUETIS AL POMODORO (TOMÀQUET I ALFÀBREGA) TRUITA <b>FRANCESA</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I SOJA FRUITA DEL TEMPS	SOPA D'AU <b>CARN PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM</b> FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS 3 DELÍCIES PINXOS DE POLLASTRE SALTATS AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET IOGURT <b>DE SOIA</b>	CIGRONS ESTOFATS A LA RIOJANA ( <b>XORIÇO SENSE LLET</b> ) FOGONER A LA LLIMONA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	TRINXAT DE COL I PATATA CAP DE LLOM AL FORN AMB CUSCÚS I VERDURETES FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
MONGETA TENDRA AMB PATATA <b>CANELONS DE CARN DE PORC I POLLASTRE CASOLANS AMB TOMÀQUET (SENSE BEIXAMEL NI FORMATGE)</b> FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES ESTOFADES AMB SOFREGIT DE CEBA I PEBROT OUS DURS AMB ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	<h2>FESTIU</h2>	SOPA AMB CAP DE RAP I ARRÒS CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS <b>SALTATS AMB CEBA I PERNIL</b> LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
ESPIRALS <b>AMB OLI I ALFÀBREGA</b> <b>HAMBURGUESA D'AU</b> AL FORN AMB ALLADA I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	<b><u>DIA MUNDIAL DE PROTECCIÓ DE LA NATURALES*</u></b> CREMA DE LLEGUMS FIDEUÀ VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	MINESTRA DE VERDURES CASOLANA I PÈSOLS GALL DINDI A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	SOPA MINISTRONE TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	<b>GASTRONOMÍA HINDÚ</b> <b>ARRÒS AL CURRI</b> <b>POLLASTRE TIKKA MASALA</b> <b>GULAB JAMUN SENSE LLET O IOGURT DE SOIA</b>
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
TALLARINS SALTATS AMB VERDURES MARMITAKO DE LLUÇ FRUITA DEL TEMPS	BRÒQUIL AMB PATATA PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA IOGURT <b>DE SOIA</b>	MONGETES BLANQUES ESTOFADES TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA AMB ENCIAM I SOJA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB TOMÀQUET <b>GALL DINDI ARREBOSSAT CASOLÀ</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	<b><u>MENÚ DE CASTANYADA</u></b> CREMA DE CARBASSA I MONIATO <b>AMB CROSTONS SENSE LLET O SENSE CROSTONS</b> <b>TRUITA FRANCESA</b> AMB BOLETS DE TEMPORADA POSTRE CASOLÀ DE CAQUI

Les fruites del temps són: caqui, xirimoia, magrana, raïm,...

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 lodada per cuinar.

Carn i Pollastre produïts a Catalunya 100%

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

*Amb poques flors ve una tardor,  
que pinta camps i arbres de color.*



DILLUNS 31

FESTIU



*Un cop al mes, postre casolà*



@comacasa.menjadorscolars



www.comacasamenjadors.cat