


DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
FESTIU	ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORT TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	TALLARINS AMB TOMÀQUET I OLIVES NEGRES PEIX AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I SOJA FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES GUISADES AMB PASTANAGA I PATATA OUS REMENATS AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
PURÉ DE NAP I PASTANAGA FIDEUÀ AMB SÍPIA I GAMBETES FRUITA DEL TEMPS	SOPA VEGETAL AMB PISTONS CUETES DE RAP A LA MARINERA FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES DE TEMPORADA BUNYOLS DE BACALLÀ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	COLIFLOR AMB PATATA TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO IOGURT	DIA MUNDIAL DE L'ORIGAMI RISOTTO DE BOLETS HAMBURGUESA DE PEIX O VEGETAL AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
ESPAGUETIS AL PESTO DE BRÒCOLI I FORMATGE LLUÇ A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA FRUITA DEL TEMPS	MONGETES BLANQUES AMB VERDURES TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PORROS AMB CROSTONS MANDONGUILLES VEGETALS AMB Salsa DE TOMÀQUET I VERDURETES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB TOMÀQUET PEIX A LES FINES HERBES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA IOGURT	BLEDES AMB PATATES SALTEJADES AMB ALLET PIZZA CASOLANA SENSE CARN FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
ARRÒS CALDÓS AMB VERDURES FOGONER AMB SUAU MUSSOLINA D'ALLIOLI I AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE PEIX AMB FIDEUS TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS GUISATs AMB COL I PASTANAGA DELICIES DE PEIX AMB AMANIDA D'ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	VISITEM CANADÀ MAC & CHEESE OUS REMENATS AMB Salsa BARBACOA I PATATES FREGIDES TREPMPETTES 	MONGETA VERDA I PATATA LLUÇ AMB SALSETA I VERDURES FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES TRUITA DE FORMATGE AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSÓ ESTOFAT DE PEIX A LA JARDINERA FRUITA DEL TEMPS	FESTIU

Les fruites del temps són: kiwi, mandarina, mango, poma...
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 elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.
Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

Busca les 8 verdures i hortalisses!



E	N	C	I	A	M	R	S	U	P
E	P	E	S	O	L	S	R	S	E
R	P	B	U	J	M	W	F	L	B
A	E	A	L	L	S	N	A	R	R
G	K	T	X	M	P	A	W	J	O
C	A	R	B	A	S	S	A	M	T
M	C	A	R	X	O	F	A	N	M
A	L	B	E	R	G	I	N	I	A



Un cop al mes, postre casolà



@comacasa.menjadorscolars



www.comacasamenjadors.cat