


	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
<b>FESTIU</b>		ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORT <b>TRUITA VEGANA AMB FARINA DE CIGRÓ</b> I AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	<b>PASTA SENSE OU</b> 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 CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
PURÉ DE NAP I PASTANAGA <b>FIDEUÀ SENSE OU</b> AMB SÍPIA I GAMBETES FRUITA DEL TEMPS	COLIFLOR AMB PATATA CUETES DE RAP A LA MARINERA <b>SENSE OU</b> FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES DE TEMPORADA POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ <b>SENSE OU</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE BROU AMB <b>PASTA SENSE OU</b> <b>TRUITA DE PERNIL DOLÇ AMB FARINA DE CIGRÓ</b> I ENCIAM I BLAT DE MORO IOGURT	<b>DIA MUNDIAL DE L'ORIGAMI!</b> <b>ARRÒS AMB BOLETS SENSE FORMATGE</b> HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
<b>ESPAGUETIS SENSE OU</b> AL PESTO DE BRÒCOLI ( <b>SENSE FORMATGE</b> ) LLUÇ A LA LLIMONA <b>SENSE OU</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA FRUITA DEL TEMPS	MONGETES BLANQUES A LA RIOJANA <b>TRUITA DE CARBASSÓ AMB FARINA DE CIGRÓ</b> I AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PORROS <b>AMB CROSTONS SENSE OU O SENSE CROSTONS</b> MANDONGUILLES MIXTES <b>SENSE OU</b> AMB SALS DE TOMÀQUET I VERDURETES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB TOMÀQUET CUIXA DE POLLASTRE A LES FINES HERBES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA IOGURT	BLEDES AMB PATATES SALTEJADES AMB ALLET PIZZA CASOLANA <b>SENSE FORMATGE</b> FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
ARRÒS CALDÓS <b>FOGONER AL FORN</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE PEIX AMB FIDEUS <b>SENSE OU</b> <b>TRUITA DE PATATA AMB FARINA DE CIGRÓ</b> I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS GUISATS AMB COL I PASTANAGA <b>PEIX ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE OU</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	<b>VISITEM CANADÀ FALS MAC &amp; CHEESE</b> <b>COSTELLA DE PORC AMB SALS BARBACOA I PATATES FREGIDES</b> <b>CREP SENSE OU</b> 	MONGETA VERDA I PATATA PERNILETS DE POLLASTRE AMB SALSETA I VERDURES FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30		
LLENTIES DE L'ÀVIA <b>TRUITA VEGANA AMB FARINA DE CIGRÓ</b> I AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSÓ ESTOFAT DE GALL D'INDI A LA JARDINERA FRUITA DEL TEMPS	<b>FESTIU</b>		

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