

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

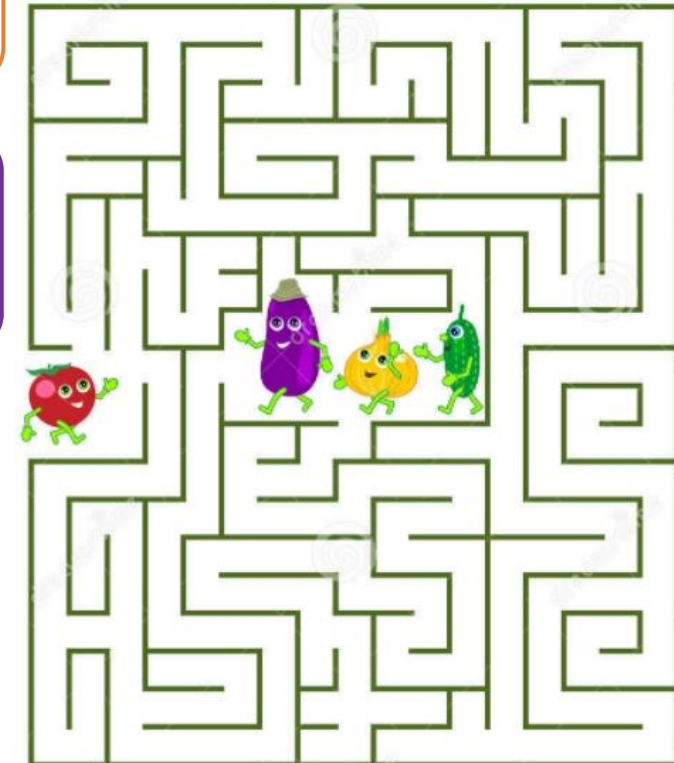
Carn i Pollastre produïts a Catalunya 100%

Menús valorats nutricionalment per:

Aroa Espinosa Ruiz

Nº col·legiada CAT 001178

*El tomàquet necessita la vostra ajuda per trobar el camí fins als seus amics!*



DIMARTS 1		DIMECRES 2		DIJOUS 3		DIVENDRES 4			
LLENTIES GUISADES AMB PASTANAGA	CUES DE RAP AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I SOJA	<b>ARRÒS A LA CASSOLA (SENSE PORC)</b>	TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO	MONGETA TENDRA AMB PATATA	<b>PEIX ARREBOSSAT FET PER LA CUINERA</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES	TALLARINS AMB OLIVES NEGRES	<b>REMENAT D'OUS</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE		
FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS		IOGURT		FRUITA DEL TEMPS			
DILLUNS 7		DIMARTS 8		DIMECRES 9		DIJOUS 10		DIVENDRES 11	
MACARRONS AMB VERDURES DE L'HORT	SUQUET DE PEIX AMB PATATES	COL I FLOR AMB PATATA (MAIONESA OPCIONAL)	<b>PEIX AL FORN AMB SALSETA I</b> AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA	CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES DE TEMPORADA	<b>TRUITA FRANCESA</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET	PAELLA MARINERA	DELICIES DE PEIX AMB AMANIDA D'ENCIAM	<b>SOPA DE BROU VEGETAL</b>	<b>HAMBURGUESA DE PEIX</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM
FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS		IOGURT	
DILLUNS 14		DIMARTS 15		DIMECRES 16		DIJOUS 17		DIVENDRES 18	
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES	TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA	ESPAGUETIS AL PESTO	LLUÇ A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES	MONGETA TENDRA AMB PATATA	<b>MANDONGUILLES DE PEIX AMB VERDURETES</b>	<b>GASTRONOMIA ANGLESA COCK'A'LEEKIE (SENSE POLLASTRE)</b>	<b>FISH AND CHIPS</b>	CREMA DE CARBASSÓ	LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA
FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS		LEMON LOAF		FRUITA DEL TEMPS	
DILLUNS 21		DIMARTS 22		DIMECRES 23		DIJOUS 24		DIVENDRES 25	
MACARRONS SALTEJATS AMB CEBA	FOGONER AL FORN AMB ALL I OLI SUAU AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO	SOPA DE PEIX AMB ARRÒS	TRUITA DE PATATES AMB AMANIDA D'ENCIAM	PATATES GRATINADES AL FORN AMB VERDURETES	<b>NUGGETS DE BRÒCOLI</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I SOJA	CIGRONS GUISATs AMB VERDURETES	<b>PEIX AMB SALSA DE TOMÀQUET</b> I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA	PURÉ DE VERDURES	<b>OUS DURS AMB SALSETA I VERDURES</b>
FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS		IOGURT		FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS	

## DILLUNS 28

FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ



*Un cop al mes, postre casolà*



@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat