

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

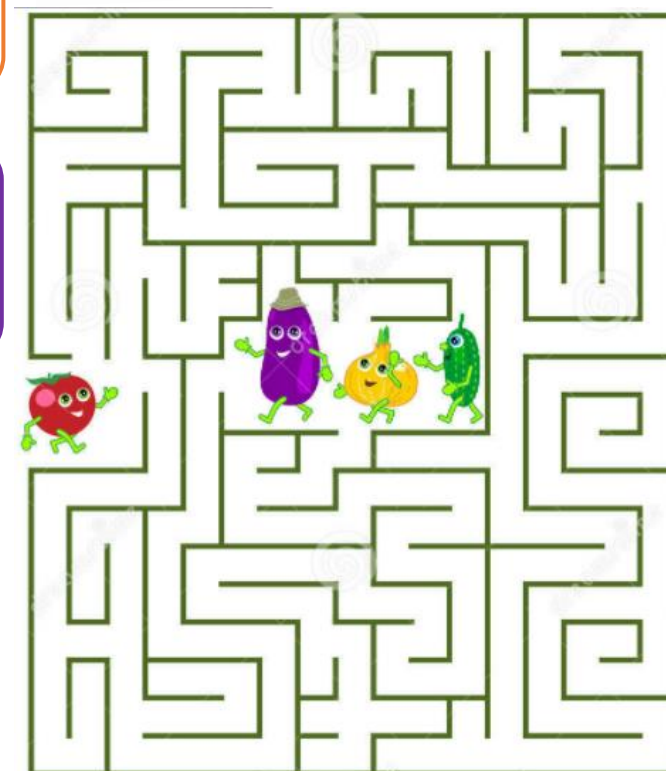
Carn i Pollastre produïts a Catalunya 100%

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	DIJOURS 3	DIVENDRES 4
LLENTIES GUISADES AMB PASTANAGA	ARRÒS A LA CASSOLA	MONGETA TENDRA AMB PATATA	TALLARINS AMB OLIVES NEGRES
CUES DE RAP AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I SOJA	TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO	<b>LLIBRETS DE PERNIL DOLÇ (SENSE LLET NI DERIVATS) SENSE FORMATGE</b> FETS PER LA CUINERA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES	POLLASTRE PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	<b>POSTRE DE SOIA</b>	FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOURS 10	DIVENDRES 11
MACARRONS AMB VERDURES DE L'HORT	COL I FLOR AMB PATATA (MAIONESA OPCIONAL)	CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES DE TEMPORADA	PAELLA MARINER	SOPA DE BROU
SUQUET DE PEIX AMB PATATES	POLLASTRE AL FORN AMB SALSETA I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA	TRUITA DE PERNIL DOLÇ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET	DELICIES DE PEIX AMB AMANIDA D'ENCIAM	<b>HAMBURGUESA MIXTA (SENSE LLET NI DERIVATS) AMB AMANIDA D'ENCIAM</b>
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	<b>POSTRE DE SOIA</b>

DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOURS 17	DIVENDRES 18
ARRÒS AMB TOMÀQUET	<b>ESPAGUETIS AL PESTO (SENSE FORMATGE)</b>	MONGETA TENDRA AMB PATATA	<b>GASTRONOMIA ANGLESA COCK'A'LEEKIE</b>	<b>CREMA DE CARBASSÓ (SENSE LLET NI DERIVATS)</b>
TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA	LLUÇ A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES	<b>MANDONGUILLES MIXTES (SENSE LLET NI DERIVATS) AMB VERDURETES</b>	<b>FISH AND CHIPS (SENSE TRACES DE LLET NI DERIVATS)</b>	<b>LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA (SENSE LLET NI DERIVATS)</b>
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	<b>POSTRE SENSE LLET NI DERIVATS</b>	FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOURS 24	DIVENDRES 25
MACARRONS SALTEJATS AMB CEBA	SOPA DE PEIX AMB ARRÒS	<b>PATATES GRATINADES AL FORN AMB VERDURETES (SENSE FORMATGE)</b>	CIGRONS GUISATS AMB VERDURETES	<b>PURÉ DE VERDURES (SENSE LLET NI DERIVATS)</b>
FOGONER AL FORN AMB ALL I OLI SUAU AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO	TRUITA DE PATATES AMB AMANIDA D'ENCIAM	<b>POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I SOJA	LLOM DE PORC AMB TOMÀQUET I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA	CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB SALSETA I VERDURES
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	<b>POSTRE DE SOIA</b>	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 28

FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ



*Un cop al mes, postre casolà*



@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat