

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 els seus amics!

DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOURS 3	DIVENDRES 4
LLENTIES GUISADES AMB PASTANAGA	ARRÒS A LA CASSOLA (SENSE PORC)	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	LLIBRETS DE POLLASTRE I FORMATGE FETS PER LA CUINERA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES	POLLASTRE PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT	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 MARINERA	SOPA DE BROU VEGETAL O SENSE PORC
SUQUET DE PEIX AMB PATATES	POLLASTRE AL FORN AMB SALSETA I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA	TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET	DELICIES DE PEIX AMB AMANIDA D'ENCIAM	HAMBURGUESA DE PEIX AMB AMANIDA D'ENCIAM
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT

DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOURS 17	DIVENDRES 18
ARRÒS AMB TOMÀQUET	ESPAGUETIS AL PESTO	MONGETA TENDRA AMB PATATA	GASTRONOMIA ANGLESA COCK'A'LEEKIE	CREMA DE CARBASSÓ
TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA	LLUÇ A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES	MANDONGUILLES DE PEIX AMB VERDURETES	FISH AND CHIPS	LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	LEMON LOAF	FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOURS 24	DIVENDRES 25
MACARRONS SALTEJATS AMB CEBA	SOPA DE PEIX AMB ARRÒS	PATATES GRATINADES AL FORN AMB VERDURETES	CIGRONS GUISATs AMB VERDURETES	PURÉ DE VERDURES
FOGONER AL FORN AMB ALL I OLI SUAU AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO	TRUITA DE PATATES AMB AMANIDA D'ENCIAM	NUGGETS DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I SOJA	PEIX AMB SALSA DE TOMÀQUET I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA	CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB SALSETA I VERDURES
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.menjadors escolars

www.comacasamenjadors.cat

