

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA FIDEUÀ VEGETAL AMB PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS	3 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ BOTIFARRA DE PAGÈS AL FORN/ PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BROTS DE SOIA FRUITA DEL TEMPS	4 COLIFLOR AMB PATATA A LA GALLEGA (oli, all i pebre vermell) RAP AL FORN AMB SALSA DE VERDURES FRUITA DEL TEMPS	5 MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ALLS TENDRES AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	6 FESTIU
9 PASTA ECO A LA CARBONARA TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	10 LLESQUES DE VERDURES AMB PÀTATES GRATINADES GALL DINDI GUISAT AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	11 OLLA BARREJADA AMB CIGRONS, COL I PASTANAGA FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS ECO A LA CASSOLA AMB HORTALISSES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT	13 CREMA DE LLEGUMS PIZZA CASOLANA DE XAMPINYONS I FORMATGE AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
16 LLENTIES ECO ESTOFADES AMB CARBASSA TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	17 BLEDA AMB PATATA SALTADA AMB ALLET PAELLA DEL CUINER/A FRUITA DEL TEMPS	18 PASTA ECO A LA NAPOLITANA ALES DE POLLASTRE ADOBADES CASOLANES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	19 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PEIX FRESC A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	20 TASTET DE PÈSOLS DE LLAVANERES I SOPA DE BROU HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CARAMEL-LITZADA I AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT
23 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS AVUI TRIEN ELS NENS: RAVIOLIS DE FORMATGE AMB SALSA A ESCOLLIR FRUITA DEL TEMPS	24 CIGRONS ECO ESTOFATS AMB ESPINACS TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE LLETRES CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	26 BRÓCOLI AMB PATATA LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	27 ARRÒS ECO AMB VERDURETES ESTOFAT DE CARN AMB XAMPINYONS "TORRIJA" CASOLANA
30 FESTIU	31 FESTIU			
Un cop al mes, unes postres casolanes. Es servirà pa integral. Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir. Ús de sal iodada per cuinar. Carn i pollastre produïts a Catalunya. Menús elaborats pel Departament de Dietètica i Nutrició. Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat. Disposem de menús adaptats per al·lèrgies i intoleràncies alimentàries.				

*Segueix els números i
aconseguiràs descobrir el dibuix
amagat*



Fruites de temporada



**Un cop al mes, unes
postres casolanes**

Varietat de peix fresc (maira,
gallineta, seitó, canana,...)



Ús de sal iodada

Ús d'oli d'oliva per cuinar,
oli d'oliva verge per
amanir i alt oleic per fregir



**Cada dia s'ofereix
pa integral**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA FIDEUÀ VEGETAL AMB PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS	3 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ BOTIFARRA D'AU HALAL, PEIX O HAMBURGUESA VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	4 COLIFLOR AMB PATATA A LA GALLEGA (oli, all i pebre vermell) RAP AL FORN AMB SALSA DE VERDURES FRUITA DEL TEMPS	5 MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ALLS TENDRES AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	6 FESTIU
9 PASTA A LA CARBONARA (S/CARN) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	10 LLESQUES DE VERDURES AMB PÀTATES GRATINADES GALL DINDI HALAL AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	11 OLLA BARREJADA AMB CIGRONS, COL I PASTANAGA (SENSE CARN) FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS ECO A LA CASSOLA AMB HORTALISSES POLLASTRE HALAL ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT	13 CREMA DE LLEGUMS PIZZA CASOLANA DE XAMPINYONS I FORMATGE AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
16 LLENTIES ECO ESTOFADES AMB CARBASSA TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	17 BLEDA AMB PATATA SALTADA AMB ALLET PAELLA DEL CUINER/A (S/CARN) FRUITA DEL TEMPS	18 PASTA ECO A LA NAPOLITANA POLLASTRE HALAL ADOBAT CASOLÀ AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	19 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PEIX FRESC A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	20 SOPA DE BROU HALAL O SOPA VEGETAL AMB PASTA HAMBURGUESA HALAL O GALL DINDI HALAL AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT
23 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS AVUI TRIEN ELS NENS: RAVIOLIS DE FORMATGE AMB SALSA A ESCOLLIR (S/CARN) FRUITA DEL TEMPS	24 CIGRONS ECO ESTOFATS AMB ESPINACS TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE BROU HALAL O SOPA VEGETAL AMB PASTA POLLASTRE HALAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 BRÓCOLI AMB PATATA LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	27 ARRÒS ECO AMB VERDURETES GALL DINDI HALAL SALTAT O PEIX AMB XAMPINYONS "TORRIJA" CASOLANA
30 FESTIU	31 FESTIU			
Un cop al mes, unes postres casolanes. Es servirà pa integral. Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir. Ús de sal iodada per cuinar. Carn i pollastre produïts a Catalunya. Menús elaborats pel Departament de Dietètica i Nutrició. Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat. Disposem de menús adaptats per al·lèrgies i intoleràncies alimentàries.				

Segueix els números i aconseguiràs descobrir el dibuix amagat



Fruites de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes

Varietat de peix fresc (maira, gallineta, seitó, canana,...) 



Ús de sal iodada

Ús d'oli d'oliva per cuinar, **oli d'oliva verge** per amanir i alt oleic per fregir 



Cada dia s'ofereix pa integral

 @comacasa.menjadorscolars

 www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA FIDEUÀ VEGETAL AMB PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS	3 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ PEIX O HAMBURGUESA VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	4 COLIFLOR AMB PATATA A LA GALLEGA (oli, all i pebre vermell) RAP AL FORN AMB SALSA DE VERDURES FRUITA DEL TEMPS	5 MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ALLS TENDRES AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	6 FESTIU
9 PASTA A LA CARBONARA (S/CARN) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	10 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES GRATINADES "MANDONGUILLES" DE PEIX O PEIX AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	11 OLLA BARREJADA AMB CIGRONS, COL I PASTANAGA (SENSE CARN) FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS ECO A LA CASSOLA AMB HORTALISSES VARETES DE PEIX O HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT	13 CREMA DE LLEGUMS PIZZA CASOLANA DE XAMPINYONS I FORMATGE AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
16 LLENTIES ECO ESTOFADES AMB CARBASSA TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	17 BLEDA AMB PATATA SALTADA AMB ALLET PAELLA DEL CUINER/A (S/CARN) FRUITA DEL TEMPS	18 PASTA ECO A LA NAPOLITANA OUS DURS AMB OLI I PEBRE VERMELL O OUS REMENATS I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	19 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PEIX FRESC A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	20 SOPA VEGETAL AMB PASTA HAMBURGUESA DE PEIX O VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT
23 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS AVUI TRIEN ELS NENS: RAVIOLIS DE FORMATGE AMB SALSA A ESCOLLIR (S/CARN) FRUITA DEL TEMPS	24 CIGRONS ECO ESTOFATS AMB ESPINACS TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA VEGETAL AMB PASTA TRUITA A LA FRANCESA O OUS REMENATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 BRÓCOLI AMB PATATA LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	27 ARRÒS ECO AMB VERDURETES "MANDONGUILLES" DE PEIX O PEIX AL FORN AMB XAMPINYONS "TORRIJA" CASOLANA
30 FESTIU	31 FESTIU			

Un cop al mes, unes postres casolanes. Es servirà pa integral. Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir. Ús de sal iodada per cuinar. Carn i pollastre produïts a Catalunya. Menús elaborats pel Departament de Dietètica i Nutrició. Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat. Disposem de menús adaptats per al·lèrgies i intoleràncies alimentàries.

Segueix els números i aconseguiràs descobrir el dibuix amagat



Fruites de temporada



Un cop al mes, unes **postres casolanes**

Varietat de **peix fresc** (maira, gallineta, seitó, canana,...) 



Ús de **sal iodada**

Ús d'oli d'oliva per cuinar, **oli d'oliva verge** per amanir i alt oleic per fregir 



Cada dia s'ofereix **pa integral**

 @comacasa.menjadorscolars

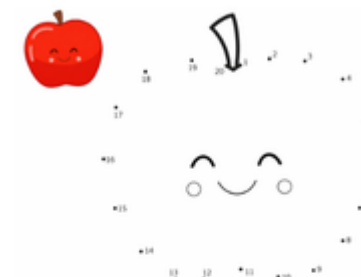
 www.comacasa.menjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA FIDEUÀ S/ GLUTEN S/OU VEGETAL AMB PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS	3 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ BOTIFARRA DE PAGÈS AL FORN/ PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BROTS DE SOIA FRUITA DEL TEMPS	4 COLIFLOR AMB PATATA A LA GALLEGA (oli, all i pebre vermell) RAP AL FORN AMB SALSA DE VERDURES FRUITA DEL TEMPS	5 MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ALLS TENDRES AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	6 FESTIU
9 PASTA S/ GLUTEN S/OU A LA CARBONARA TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	10 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES GRATINADES (SENSE GLUTEN) GALL DINDI GUISAT AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	11 OLLA BARREJADA AMB CIGRONS, COL I PASTANAGA (S/ GLUTEN S/OU) FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS ECO A LA CASSOLA AMB HORTALISSES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ S/ GLUTEN S/OU AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT	13 CREMA DE LLEGUMS (NO LLENTIES) O DE VERDURES PIZZA S/ GLUTEN O PANINI S/ GLUTEN CASOLÀ DE XAMPINYONS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
16 LLENTIES S/ GLUTEN ESTOFADES AMB CARBASSA TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	17 BLEDA AMB PATATA SALTADA AMB ALLET PAELLA (s/preparat) FRUITA DEL TEMPS	18 PASTA S/ GLUTEN S/OU A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga) ALES DE POLLASTRE ADOBADES (S/ CURRI) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	19 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PEIX A LA LLIMONA (S/ GLUTEN S/OU) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	20 SOPA DE BROU AMB PASTA S/ GLUTEN S/OU HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB Ceba CARAMEL·LITZADA I AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT
23 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS SENSE GLUTEN PASTA S/ GLUTEN S/OU AMB SALSA S/ GLUTEN S/OU FRUITA DEL TEMPS	24 CIGRONS ECO ESTOFATS AMB ESPINACS TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE BROU AMB PASTA S/ GLUTEN S/OU CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	26 BRÓCOLI AMB PATATA LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	27 ARRÒS ECO AMB VERDURETES ESTOFAT DE CARN AMB XAMPINYONS "TORRIJA" CASOLANA S/ GLUTEN
30 FESTIU	31 FESTIU			

Un cop al mes, unes postres casolanes. Es servirà pa integral. Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir. Ús de sal iodada per cuinar. Carn i pollastre produïts a Catalunya. Menús elaborats pel Departament de Dietètica i Nutrició. Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat. Disposen de menús adaptats per al·lèrgies i intoleràncies alimentàries.

*Segueix els números i
aconseguiràs descobrir el dibuix
amagat*



Fruites de temporada



**Un cop al mes, unes
postres casolanes**

Varietat de peix fresc (maira, gallineta, seitó, canana,...)



Ús de sal iodada

Ús d'oli d'oliva per cuinar,
oli d'oliva verge per
amanir i alt oleic per fregir



**Cada dia s'ofereix
pa integral**

@comacasa.menjadorscolars

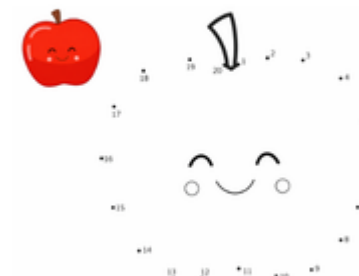
www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA (SENSE LLET) FIDEUÀ VEGETAL AMB PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS	3 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ BOTIFARRA DE PAGÈS AL FORN/ PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BROTS DE SOIA FRUITA DEL TEMPS	4 COLIFLOR AMB PATATA A LA GALLEGA (oli, all i pebre vermell) RAP AL FORN AMB SALSA DE VERDURES FRUITA DEL TEMPS	5 MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ALLS TENDRES AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	6 FESTIU
9 PASTA AMB TOMÀQUET TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	10 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES (S/LLET NI FORMATGE) GALL DINDI GUISAT AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	11 OLLA BARREJADA AMB CIGRONS, COL I PASTANAGA (S/VEDELLA) FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS ECO A LA CASSOLA AMB HORTALISSES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA IOGURT DE SOIA	13 CREMA DE LLEGUMS (S/LLET) PIZZA S/LLET O PANINI CASOLÀ DE XAMPINYONS (S/FORMATGE) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
16 LLENTIES ECO ESTOFADES AMB CARBASSA TRUITA A LA FRANCESA O OUS REMENATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	17 BLEDA AMB PATATA SALTADA AMB ALLET PAELLA (s/preparat) FRUITA DEL TEMPS	18 PASTA A LA NAPOLITANA (sense formatge) ALES DE POLLASTRE ADOBADES CASOLANES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	19 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PEIX FRESC A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	20 SOPA DE BROU AMB PASTA (S/VEDELLA) HAMBURGUESA D'AU (S/LLET) O GALL DINDI PLANXA AMB AMANIDA IOGURT DE SOIA
23 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES (S/LLET) AMB CROSTONS CASOLANS PASTA (NO RAVIOLIS) AMB SALSA DE TOMÀQUET (S/LLET) FRUITA DEL TEMPS	24 CIGRONS ECO ESTOFATS AMB ESPINACS TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE LLETRES (BROU SENSE VEDELLA) CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	26 BRÓCOLI AMB PATATA LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	27 ARRÒS ECO AMB VERDURETES GALL DINDI SALTAT O PEIX AMB XAMPINYONS "TORRIJA" CASOLANA SENSE LLET
30 FESTIU	31 FESTIU			

Un cop al mes, unes postres casolanes. Es servirà pa integral. Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir. Ús de sal iodada per cuinar. Carn i pollastre produïts a Catalunya. Menús elaborats pel Departament de Dietètica i Nutrició. Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat. Disposem de menús adaptats per al·lèrgies i intoleràncies alimentàries.

Segueix els números i
aconseguiràs descobrir el dibuix
amagat



Fruites de temporada



Un cop al mes, unes
postres casolanes

Varietat de **peix fresc** (maira,
gallineta, seitó, canana,...)



Ús de **sal iodada**

Ús d'oli d'oliva per cuinar,
oli d'oliva verge per
amanir i alt oleic per fregir



Cada dia s'ofereix
pa integral

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA FIDEUÀ S/GLUTEN S/OU VEGETAL AMB PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS	3 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ BOTIFARRA DE PAGÈS AL FORN/ PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BROTS DE SOIA FRUITA DEL TEMPS	4 COLIFLOR AMB PATATA A LA GALLEGA (oli, all i pebre vermell) RAP AL FORN AMB SALSA DE VERDURES FRUITA DEL TEMPS	5 MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB HORTALISSES "TRUITA VEGANA" D'ALLS TENDRES AMB FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	6 FESTIU
9 PASTA S/GLUTEN S/OU A LA CARBONARA "TRUITA VEGANA DE VERDURES I FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB GUARNICIÓ FRUITA DEL TEMPS	10 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES GRATINADES (formatge s/ou o sense formatge) GALL DINDI GUISAT AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	11 OLLA BARREJADA AMB CIGRONS, COL I PASTANAGA (S/GLUTEN S/OU) FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS ECO A LA CASSOLA AMB HORTALISSES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ S/GLUTEN S/OU AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT	13 CREMA DE LLEGUMS PIZZA S/OU O PANINI CASOLÀ DE XAMPINYONS (formatge s/ou o sense formatge) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
16 LLENTIES ECO ESTOFADES AMB CARBASSA "TRUITA VEGANA DE VERDURES I FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	17 BLEDA AMB PATATA SALTADA AMB ALLET PAELLA (s/preparat) FRUITA DEL TEMPS	18 PASTA S/GLUTEN S/OU A LA NAPOLITANA (formatge s/ou o sense formatge) ALES DE POLLASTRE ADOBADES CASOLANES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	19 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PEIX A LA LLIMONA (S/GLUTEN S/OU) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	20 SOPA DE BROU (S/GALLINA) AMB PASTA S/GLUTEN S/OU HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CARAMEL·LITZADA I AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT
23 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS PASTA S/GLUTEN S/OU AMB SALSA S/GLUTEN S/OU FRUITA DEL TEMPS	24 CIGRONS ECO ESTOFATS AMB ESPINACS "TRUITA VEGANA DE CARBASSÓ I PATATA AMB FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE BROU AMB PASTA S/GLUTEN S/OU CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	26 BRÓCOLI AMB PATATA LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	27 ARRÒS ECO AMB VERDURETES ESTOFAT DE CARN AMB XAMPINYONS "TORRIJA" CASOLANA SENSE OU
30 FESTIU	31 FESTIU			

Un cop al mes, unes postres casolanes. Es servirà pa integral. Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir. Ús de sal iodada per cuinar. Carn i pollastre produïts a Catalunya. Menús elaborats pel Departament de Dietètica i Nutrició. Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat. Disposem de menús adaptats per al·lèrgies i intoleràncies alimentàries.

*Segueix els números i
aconseguiràs descobrir el dibuix
amagat*



Fruites de temporada



Un cop al mes, unes
postres casolanes

Varietat de **peix fresc** (maira, gallineta, seitó, canana,...)



Ús de **sal iodada**

Ús d'oli d'oliva per cuinar,
oli d'oliva verge per
amanir i alt oleic per fregir



Cada dia s'ofereix
pa integral

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasa.menjadorscat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA FIDEUÀ VEGETAL AMB PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS	3 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ BOTIFARRA DE PAGÈS AL FORN/ PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BROTS DE SOIA FRUITA DEL TEMPS	4 COLIFLOR AMB PATATA A LA GALLEGA (oli, all i pebre vermell) GALL DINDI AMB SALSA DE VERDURES FRUITA DEL TEMPS	5 MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ALLS TENDRES AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	6 FESTIU
9 PASTA ECO A LA CARBONARA TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	10 LLESQUES DE VERDURES AMB PÀTATES GRATINADES GALL DINDI GUISAT AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	11 OLLA BARREJADA AMB CIGRONS, COL I PASTANAGA OUS DURS O REMENATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS ECO A LA CASSOLA AMB HORTALISSES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT	13 CREMA DE LLEGUMS PIZZA CASOLANA DE XAMPINYONS I FORMATGE AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
16 LLENTIES ECO ESTOFADES AMB CARBASSA TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	17 BLEDA AMB PATATA SALTADA AMB ALLET PAELLA DE CARN O VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	18 PASTA ECO A LA NAPOLITANA ALES DE POLLASTRE ADOBADES CASOLANES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	19 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) TRUITA A LA FRANCESA O OUS REMENATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	20 TASTET DE PÈSOLS DE LLAVANERES I SOPA DE BROU HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CARAMEL-LITZADA I AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT
23 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS AVUI TRIEN ELS NENS: RAVIOLIS DE FORMATGE AMB SALSA A ESCOLLIR FRUITA DEL TEMPS	24 CIGRONS ECO ESTOFATS AMB ESPINACS TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE LLETRES CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	26 BRÓCOLI AMB PATATA OUS DURS AMB OLI I PEBRE VERMELL O OUS REMENATS I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	27 ARRÒS ECO AMB VERDURETES ESTOFAT DE CARN AMB XAMPINYONS "TORRIJA" CASOLANA
30 FESTIU	31 FESTIU			
Un cop al mes, unes postres casolanes. Es servirà pa integral. Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir. Ús de sal iodada per cuinar. Carn i pollastre produïts a Catalunya. Menús elaborats pel Departament de Dietètica i Nutrició. Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat. Disposem de menús adaptats per al·lèrgies i intoleràncies alimentàries.				

*Segueix els números i
aconseguiràs descobrir el dibuix
amagat*



Fruites de temporada



**Un cop al mes, unes
postres casolanes**

Varietat de peix fresc (maira, gallineta, seitó, canana,...) 



Ús de sal iodada

Ús d'oli d'oliva per cuinar,
oli d'oliva verge per
amanir i alt oleic per fregir



**Cada dia s'ofereix
pa integral**

 @comacasa.menjadorscolars

 www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA FIDEUÀ VEGETAL AMB PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS	3 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ BOTIFARRA D'AU, PEIX O HAMBURGUESA VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	4 COLIFLOR AMB PATATA A LA GALLEGA (oli, all i pebre vermell) RAP AL FORN AMB SALSA DE VERDURES FRUITA DEL TEMPS	5 MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ALLS TENDRES AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	6 FESTIU
9 PASTA A LA CARBONARA (S/CARN) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	10 LLESQUES DE VERDURES AMB PÀTATES GRATINADES GALL DINDI GUISAT AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	11 OLLA BARREJADA AMB CIGRONS, COL I PASTANAGA (SENSE CARN) FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS ECO A LA CASSOLA AMB HORTALISSES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT	13 CREMA DE LLEGUMS PIZZA CASOLANA DE XAMPINYONS I FORMATGE AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
16 LLENTIES ECO ESTOFADES AMB CARBASSA TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	17 BLEDA AMB PATATA SALTADA AMB ALLET PAELLA DEL CUINER/A (S/CARN) FRUITA DEL TEMPS	18 PASTA ECO A LA NAPOLITANA ALES DE POLLASTRE ADOBADES CASOLANES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	19 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PEIX FRESC A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	20 SOPA DE BROU D'AU O VEGETAL AMB PASTA HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CARAMEL·LITZADA I AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT
23 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS AVUI TRIEN ELS NENS: RAVIOLIS DE FORMATGE AMB SALSA A ESCOLLIR (S/CARN) FRUITA DEL TEMPS	24 CIGRONS ECO ESTOFATS AMB ESPINACS TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE BROU D'AU O VEGETAL AMB PASTA CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	26 BRÓCOLI AMB PATATA LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	27 ARRÒS ECO AMB VERDURETES GALL DINDI SALTAT O PEIX AMB XAMPINYONS "TORRIJA" CASOLANA
30 FESTIU	31 FESTIU			

Un cop al mes, unes postres casolanes. Es servirà pa integral. Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir. Ús de sal iodada per cuinar. Carn i pollastre produïts a Catalunya. Menús elaborats pel Departament de Dietètica i Nutrició. Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat. Disposem de menús adaptats per al·lèrgies i intoleràncies alimentàries.

Segueix els números i aconseguiràs descobrir el dibuix amagat



Fruites de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes

Varietat de peix fresc (maira, gallineta, seitó, canana,...)



Ús de sal iodada

Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir



Cada dia s'ofereix pa integral

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat

