

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 <b>FESTIU</b>
4 <b>FESTIU</b>	5 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLA TRUITA A LA FRANCESA AMB BASTONETS DE PASTANAGA (3) FRUITA DEL TEMPS	6 PÍCNIC: AMANIDA DE PASTA (blat de moro i olives) (1,3,6,9) NUGGETS DE POLLASTRE AMB AMANIDA (1,2,3,4,6,7,8,12,13) FRUITA DEL TEMPS	7 MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB HORTALISSES LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (4,5,8,13) FRUITA DEL TEMPS	8 COLIFLOR AMB PATATA (11) GALL DINDI GUISAT A LA JARDINERA (pèsols i pastanaga) FRUITA DEL TEMPS
11 PASTA ECO AL PESTO DE BRÓCOLI I FORMATGE (1,3,6,7,9) OUS REMENATS AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA (3) FRUITA DEL TEMPS	12 AMANIDA DE LLEGUMS (1,4) PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS (11) FRUITA DEL TEMPS	13 SOPA MINISTRONE (1,3,6,9,12) CALAMARS GUISATS AMB SALSETA I PATATES (11,13) FRUITA DEL TEMPS	14 AMANIDA D'ARRÒS ECO (tonyina, blat de moro i olives)(4) SALSITXES DE PAGÈS A LA PLANXA/FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (6,11) IOGURT A GRANEL AMB MADUIXA DE TEMPORADA (7)	15 PURÉ DE CARBASSÓ (11) PIZZA CASOLANA DE GALL DINDI I FORMATGE AMB AMANIDA (1,6,7,9) FRUITA DEL TEMPS
18 MINISTRA DE VERDURES (11) PAELLA DEL CUINER/A AMB PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS	19 ESPINACS AMB PATATA (11) HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CARMEL-LITZADA I AMANIDA (6,11) FRUITA DEL TEMPS	20 CIGRONS ECO ESTOFATS AMB VERDURES OUS DURS AMB TOMÀQUET I AMANIDA (3) FRUITA DEL TEMPS	21 TASTET DE CIRERA DEL BAIX LLOBREGAT I AMANIDA D'ESPIRALS (1,3,4,6,9) PEIX FRESC SEGONS MERCAT A LA LLIJONA FREGIT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	22 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES GRATINADES (1,6,7,9,11) ALES DE POLLASTRE ADOBADES CASOLANES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO (1,9) IOGURT DE PROXIMITAT (7)
25 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (4) LLOM AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO (11) FRUITA DEL TEMPS	26 ARRÒS ECO AMB VERDURETES TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	27 LLENTIES SALTADES (1) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (4,13) FRUITA DEL TEMPS	28 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) PINXOS DE POLLASTRE SALTATS A L'ALLET AMB AMANIDA DE RÚCULA (11) IOGURT DE PROXIMITAT (7)	29 CREMA DE PÈSOLS I PASTANAGA (11) AVUI TRIEN ELS NENS: TORTEL-LINIS DE FORMATGE AMB SALS A ESCOLLIR (1,3,6,7,9) FRUITA DEL TEMPS

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.

**Declaració d'al·lèrgens**



Amb aquests números permet identificar els al·lèrgens de cada plat.

Escriu les paraules d'aquests mots creuats



**Fruites de temporada**



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

**Varietat de peix fresc**

**Cada dia s'ofereix pa integral**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 <b>FESTIU</b>
4 <b>FESTIU</b>	5 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA A LA FRANCESA AMB BASTONETS DE PASTANAGA (3) FRUITA DEL TEMPS	6 PÍCNIC: AMANIDA DE PASTA (blat de moro i olives) (1,3,6,9) <b>DELÍCIES DE PEIX AMB AMANIDA</b> FRUITA DEL TEMPS	7 <b>MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB HORTALISSES</b> LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (4,5,8,13) FRUITA DEL TEMPS	8 COLIFLOR AMB PATATA (11) <b>GALL DINDI HALAL A LA JARDINERA</b> FRUITA DEL TEMPS
11 PASTA ECO AL PESTO DE BRÓCOLI I FORMATGE (1,3,6,7,9) OUS REMENATS AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA (3) FRUITA DEL TEMPS	12 AMANIDA DE LLEGUMS (1,4) <b>POLLASTRE HALAL ROSTIT AMB XAMPINYONS (S/VI)</b> FRUITA DEL TEMPS	13 <b>SOPA MINISTRONE VEGETAL</b> CALAMARS GUISATS AMB SALSETA I PATATES (11,13) FRUITA DEL TEMPS	14 <b>AMANIDA D'ARRÒS ECO (tonyina, blat de moro i olives)(4)</b> <b>SALSITXES/ BOTIFARRA D'AU HALAL, HAMBURGUESA DE PEIX O VEGETAL AMB AMANIDA</b> IOGURT A GRANEL AMB MADUIXA DE TEMPORADA (7)	15 PURÉ DE CARBASSÓ (11) <b>PIZZA CASOLANA DE GALL DINDI HALAL I FORMATGE AMB AMANIDA</b> FRUITA DEL TEMPS
18 MINISTRA DE VERDURES (11) <b>PAELLA DEL CUINER/A (S/CARN)</b> FRUITA DEL TEMPS	19 ESPINACS AMB PATATA (11) <b>HAMBURGUESA HALAL O GALL DINDI HALAL AMB AMANIDA</b> FRUITA DEL TEMPS	20 <b>CIGRONS ECO ESTOFATS AMB VERDURES</b> OUS DURS AMB TOMÀQUET I AMANIDA (3) FRUITA DEL TEMPS	21 TASTET DE CIRERA DEL BAIX LLOBREGAT I AMANIDA D'ESPIRALS (1,3,4,6,9) PEIX FRESC SEGONS MERCAT A LA LLI MONA FREGIT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	22 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES GRATINADES (1,6,7,9,11) <b>POLLASTRE HALAL ADOBAT CASOLÀ AMB AMANIDA</b> IOGURT DE PROXIMITAT (7)
25 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (4) <b>PEIX AL FORN O HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA</b> FRUITA DEL TEMPS	26 <b>ARRÒS ECO AMB VERDURETES</b> TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	27 LLENTIES SALTADES (1) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (4,13) FRUITA DEL TEMPS	28 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) <b>POLLASTRE HALAL A L'ALLET (S/VI) AMB GUARNICIÓ</b> IOGURT DE PROXIMITAT (7)	29 CREMA DE PÈSOLS I PASTANAGA (11) <b>AVUI TRIEN ELS NENS: TORTEL-LINIS DE FORMATGE AMB SALSÀ A ESCOLLIR (S/CARN)</b> FRUITA DEL TEMPS

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.



Escriu les paraules d'aquests mots creuats




**Fruites de temporada**




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

**Varietat de peix fresc**



**Cada dia s'ofereix pa integral**



@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 <b>FESTIU</b>
4 <b>FESTIU</b>	5 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLA TRUITA A LA FRANCESA AMB BASTONETS DE PASTANAGA (3) FRUITA DEL TEMPS	6 PÍCNIC: AMANIDA DE PASTA (blat de moro i olives) (1,3,6,9) <b>DELÍCIES DE PEIX AMB AMANIDA</b> FRUITA DEL TEMPS	7 <b>MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB HORTALISSES</b> LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (4,5,8,13) FRUITA DEL TEMPS	8 COLIFLOR AMB PATATA (11) <b>MANDONGUILLES DE PEIX, PEIX O FALAFEL A LA JARDINERA (pèsols i pastanaga)</b> FRUITA DEL TEMPS
11 PASTA ECO AL PESTO DE BRÓCOLI I FORMATGE (1,3,6,7,9) OUS REMENATS AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA (3) FRUITA DEL TEMPS	12 AMANIDA DE LLEGUMS (1,4) <b>PEIX AL FORN AMB XAMPINYONS</b> FRUITA DEL TEMPS	13 <b>SOPA MINISTRONE VEGETAL</b> CALAMARS GUISATS AMB SALSETA I PATATES (11,13) FRUITA DEL TEMPS	14 <b>AMANIDA D'ARRÒS ECO (tonyina, blat de moro i olives)(4)</b> <b>HAMBURGUESA DE PEIX O VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA</b> IOGURT A GRANEL AMB MADUIXA DE TEMPORADA (7)	15 PURÉ DE CARBASSÓ (11) <b>PIZZA CASOLANA MARGARITA AMB AMANIDA</b> FRUITA DEL TEMPS
18 MINESTRA DE VERDURES (11) <b>PAELLA DEL CUINER/A (S/CARN)</b> FRUITA DEL TEMPS	19 ESPINACS AMB PATATA (11) <b>HAMBURGUESA DE PEIX O VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA</b> FRUITA DEL TEMPS	20 <b>CIGRONS ECO ESTOFATS AMB VERDURES</b> OUS DURS AMB TOMÀQUET I AMANIDA (3) FRUITA DEL TEMPS	21 TASTET DE CIRERA DEL BAIX LLOBREGAT I AMANIDA D'ESPIRALS (1,3,4,6,9) PEIX FRESC SEGONS MERCAT A LA LLI MONA FREGIT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	22 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES GRATINADES (1,6,7,9,11) <b>OUS DURS AMB OLI I PEBRE VERMELL O OUS REMENATS I AMANIDA</b> IOGURT DE PROXIMITAT (7)
25 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (4) <b>PEIX AL FORN O HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA</b> FRUITA DEL TEMPS	26 <b>ARRÒS ECO AMB VERDURETES</b> TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	27 LLENTIES SALTADES (1) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (4,13) FRUITA DEL TEMPS	28 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) <b>OUS REMENATS O TRUITA AMB AMANIDA</b> IOGURT DE PROXIMITAT (7)	29 CREMA DE PÈSOLS I PASTANAGA (11) <b>AVUI TRIEN ELS NENS: TORTEL-LINIS DE FORMATGE AMB SALSA A ESCOLLIR (S/CARN)</b> FRUITA DEL TEMPS

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.

**Declaració d'a·l·lèrgens**



Amb aquests números permet identificar els al·lèrgens de cada plat.

Escriu les paraules d'aquest Jocs Encroats



**Fruites de temporada**



Un cop al mes, unes postres casolanes

Varietat de peix fresc



Cada dia s'ofereix pa integral

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 <b>FESTIU</b>
4 <b>FESTIU</b>	5 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA A LA FRANCESA AMB BASTONETS DE PASTANAGA (3) FRUITA DEL TEMPS	6 AMANIDA DE PASTA S/GLUTEN S/OU POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ S/GLUTEN S/OU AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	7 MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB HORTALISSES LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (4,5,8,13) FRUITA DEL TEMPS	8 COLIFLOR AMB PATATA (11) GALL DINDI GUISAT A LA JARDINERA (pèsols i pastanaga) FRUITA DEL TEMPS
11 PASTA S/GLUTEN S/OU AL PESTO AMB BRÒCOLI I FORMATGE OUS REMENATS AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA (3) FRUITA DEL TEMPS	12 AMANIDA DE LLEGUMS (LLENTIA S/GLUTEN O NO LLENTIA) PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS (11) FRUITA DEL TEMPS	13 SOPA MINESTRONE AMB PASTA S/GLUTEN S/OU CALAMARS GUISATS AMB SALSETA I PATATES (11,13) FRUITA DEL TEMPS	14 AMANIDA D'ARRÒS ECO (tonyina, blat de moro i olives)(4) SALSITXES DE PAGÈS A LA PLANXA/FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (6,11) IOGURT A GRANEL AMB MADUIXA DE TEMPORADA (7)	15 PURÉ DE CARBASSÓ (11) PIZZA S/GLUTEN O PANINI S/GLUTEN CASOLÀ AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
18 MINESTRA DE VERDURES (11) PAELLA (s/preparat) FRUITA DEL TEMPS	19 ESPINACS AMB PATATA (11) HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CARMEL-LITZADA I AMANIDA (6,11) FRUITA DEL TEMPS	20 CIGRONS ECO ESTOFATS AMB VERDURES OUS DURS AMB TOMÀQUET I AMANIDA (3) FRUITA DEL TEMPS	21 TASTET DE CIRERA DEL BAIX LLOBREGAT I AMANIDA DE PASTA S/GLUTEN S/OU PEIX A LA LLIMONA (S/GLUTEN S/OU) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	22 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES GRATINADES (SENSE GLUTEN) ALES DE POLLASTRE ADOBADES (S/CURRI) AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT (7)
25 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (4) LLOM AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO (11) FRUITA DEL TEMPS	26 ARRÒS ECO AMB VERDURETES TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	27 LLENTIES SENSE GLUTEN SALTADES LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (4,13) FRUITA DEL TEMPS	28 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) PINXOS DE POLLASTRE SALTATS A L'ALLET AMB AMANIDA DE RÚCULA (11) IOGURT DE PROXIMITAT (7)	29 CREMA DE PÈSOLS I PASTANAGA (11) PASTA S/GLUTEN S/OU AMB SALSA S/GLUTEN S/OU FRUITA DEL TEMPS

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.




Escriu les paraules d'aquest Jocs Encroats




Fruites de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes

Varietat de peix fresc 

Cada dia s'ofereix pa integral 

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 <b>FESTIU</b>
4 <b>FESTIU</b>	5 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLA TRUITA A LA FRANCESA AMB BASTONETS DE PASTANAGA (3) FRUITA DEL TEMPS	6 PÍCNIC: AMANIDA DE PASTA (blat de moro i olives) (1,3,6,9) <b>POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA (1,3,6,10)</b> FRUITA DEL TEMPS	7 <b>MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB HORTALISSES</b> LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (4,5,8,13) FRUITA DEL TEMPS	8 COLIFLOR AMB PATATA (11) GALL DINDI GUISAT A LA JARDINERA (pèsols i pastanaga) FRUITA DEL TEMPS
11 <b>PASTA AL PESTO DE BRÒCOLI (S/FORMATGE)</b> <b>OUS REMENATS (SENSE LLET) AMB AMANIDA</b> FRUITA DEL TEMPS	12 AMANIDA DE LLEGUMS (1,4) PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS (11) FRUITA DEL TEMPS	13 SOPA MINISTRONE (1,3,6,9,12) CALAMARS GUISATS AMB SALSETA I PATATES (11,13) FRUITA DEL TEMPS	14 <b>AMANIDA D'ARRÒS ECO (tonyina, blat de moro i olives)(4)</b> SALSITXES DE PAGÈS A LA PLANXA/FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (6,11) <b>IOGURT DE SOIA AMB MADUIXA DE TEMPORADA</b>	15 <b>PURÉ DE CARBASSÓ (SENSE LLET)</b> <b>PIZZA S/LLET O PANINI (SENSE FORMATGE) AMB AMANIDA</b> FRUITA DEL TEMPS
18 MINISTRA DE VERDURES (11) <b>PAELLA (s/preparat)</b> FRUITA DEL TEMPS	19 ESPINACS AMB PATATA (11) <b>HAMBURGUESA D'AU (S/LLET) O GALL DINDI PLANXA AMB AMANIDA</b> FRUITA DEL TEMPS	20 <b>CIGRONS ECO ESTOFATS AMB VERDURES</b> OUS DURS AMB TOMÀQUET I AMANIDA (3) FRUITA DEL TEMPS	21 TASTET DE CIRERA DEL BAIX LLOBREGAT I AMANIDA D'ESPIRALS (1,3,4,6,9) PEIX FRESC SEGONS MERCAT A LA LLIÇONA FREGIT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	22 <b>LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES (S/LLET NI FORMATGE)</b> ALES DE POLLASTRE ADOBADES CASOLANES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO (1,9) <b>IOGURT DE SOIA</b>
25 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (4) LLOM AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO (11) FRUITA DEL TEMPS	26 <b>ARRÒS ECO AMB VERDURETES</b> TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	27 LLENTIES SALTADES (1) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (4,13) FRUITA DEL TEMPS	28 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) PINXOS DE POLLASTRE SALTATS A L'ALLET AMB AMANIDA DE RÚCULA (11) <b>IOGURT DE SOIA</b>	29 <b>CREMA DE PÈSOLS I PASTANAGA (SENSE LLET)</b> <b>PASTA (NO TORTEL-LINI) AMB SALSÀ (S/LLET)</b> FRUITA DEL TEMPS

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.

**Declaració d'al·lèrgens**



Amb aquests números permet identificar els al·lèrgens de cada plat.

Escriu les paraules d'aquests mots creuats




**Fruites de temporada**




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

**Varietat de peix fresc**



**Cada dia s'ofereix pa integral**



@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 <b>FESTIU</b>
4 <b>FESTIU</b>	5 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLA  "TRUITA VEGANA DE PATATA I CEBA AMB FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL" O CARN PLANXA I BASTONETS DE PASTANAGA  FRUITA DEL TEMPS	6 AMANIDA DE PASTA S/GLUTEN S/OU (s/ou)  POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLA S/GLUTEN S/OU AMB AMANIDA  FRUITA DEL TEMPS	7 MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB HORTALISSES  LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (4,5,8,13)  FRUITA DEL TEMPS	8 COLIFLOR AMB PATATA (11)  GALL DINDI GUISAT A LA JARDINERA (pèsols i pastanaga)  FRUITA DEL TEMPS
11 PASTA S/GLUTEN S/OU AL PESTO DE BRÒCOLI I FORMATGE S/OU O SENSE FORMATGE  "TRUITA VEGANA DE VERDURES I FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB AMANIDA  FRUITA DEL TEMPS	12 AMANIDA DE LLEGUMS (S/OU)  PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS (11)  FRUITA DEL TEMPS	13 SOPA MINISTRONE AMB PASTA S/GLUTEN S/OU  CALAMARS GUISATS AMB SALSETA I PATATES (11,13)  FRUITA DEL TEMPS	14 AMANIDA D'ARRÒS ECO (tonyina, blat de moro i olives)(4)  SALSITXES DE PAGÈS A LA PLANXA/FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (6,11)  IOGURT A GRANEL AMB MADUIXA DE TEMPORADA (7)	15 PURÉ DE CARBASSÓ (11)  PIZZA S/OU O PANINI CASOLÀ (formatge s/ou o sense formatge)  FRUITA DEL TEMPS
18 MINISTRA DE VERDURES (11)  PAELLA (s/preparat)  FRUITA DEL TEMPS	19 ESPINACS AMB PATATA (11)  HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CARMEL-LITZADA I AMANIDA (6,11)  FRUITA DEL TEMPS	20 CIGRONS ECO ESTOFATS AMB VERDURES  LLOM AMB TOMÀQUET I AMANIDA  FRUITA DEL TEMPS	21 TASTET DE CIRERA DEL BAIX LLOBREGAT I AMANIDA DE PASTA S/GLUTEN S/OU  PEIX A LA LLIMONA (S/GLUTEN S/OU) AMB AMANIDA  FRUITA DEL TEMPS	22 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES GRATINADES (formatge s/ou o sense formatge)  ALES DE POLLASTRE ADOBADES CASOLANES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO (1,9)  IOGURT DE PROXIMITAT (7)
25 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (4)  LLOM AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO (11)  FRUITA DEL TEMPS	26 ARRÒS ECO AMB VERDURETES  "TRUITA VEGANA DE CARBASSÓ I PATATA AMB FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB AMANIDA  FRUITA DEL TEMPS	27 LLENTIES SALTADES (1)  LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (4,13)  FRUITA DEL TEMPS	28 MONGETA VERDA AMB PATATA (11)  PINXOS DE POLLASTRE SALTATS A L'ALLET AMB AMANIDA DE RÚCULA (11)  IOGURT DE PROXIMITAT (7)	29 CREMA DE PÈSOLS I PASTANAGA (11)  PASTA S/GLUTEN S/OU AMB SALSÀ S/GLUTEN S/OU  FRUITA DEL TEMPS
Un cop al mes, unes postres casolanes. Es servirà pa integral. Us d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir. Us 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.				



Escriu les paraules d'aquests mots creuats



Fruites de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes

Varietat de peix fresc



Cada dia s'ofereix pa integral

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 <b>FESTIU</b>
4 <b>FESTIU</b>	5 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLA TRUITA A LA FRANCESA AMB BASTONETS DE PASTANAGA (3) FRUITA DEL TEMPS	6 PÍCNIC: AMANIDA DE PASTA (blat de moro i olives) (1,3,6,9) POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA (1,3,6,10) FRUITA DEL TEMPS	7 MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB HORTALISSES OUS DURS AMB OLI I PEBRE VERMELL O OUS REMENATS I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	8 COLIFLOR AMB PATATA (11) GALL DINDI GUISAT A LA JARDINERA (pèsols i pastanaga) FRUITA DEL TEMPS
11 PASTA ECO AL PESTO DE BRÓCOLI I FORMATGE (1,3,6,7,9) OUS REMENATS AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA (3) FRUITA DEL TEMPS	12 AMANIDA DE LLEGUMS (S/TONYINA) PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS (11) FRUITA DEL TEMPS	13 SOPA MINISTRONE (1,3,6,9,12) OUS DURS EN SALSA O REMENATS AMB TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	14 AMANIDA D'ARRÒS (S/TONYINA) SALSITXES DE PAGÈS A LA PLANXA/FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (6,11) IOGURT A GRANEL AMB MADUIXA DE TEMPORADA (7)	15 PURÉ DE CARBASSÓ (11) PIZZA CASOLANA DE GALL DINDI I FORMATGE AMB AMANIDA (1,6,7,9) FRUITA DEL TEMPS
18 MINISTRA DE VERDURES (11) PAELLA DE CARN O VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	19 ESPINACS AMB PATATA (11) HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB Ceba CARAMEL-LITZADA I AMANIDA (6,11) FRUITA DEL TEMPS	20 CIGRONS ECO ESTOFATS AMB VERDURES OUS DURS AMB TOMÀQUET I AMANIDA (3) FRUITA DEL TEMPS	21 TASTET DE CIRERA DEL BAIX LLOBREGAT: AMANIDA D'ESPIRALS (S/TONYINA) TRUITA A LA FRANCESA O OUS REMENATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	22 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES GRATINADES (1,6,7,9,11) ALES DE POLLASTRE ADOBADES CASOLANES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO (1,9) IOGURT DE PROXIMITAT (7)
25 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (S/TONYINA) LLOM AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO (11) FRUITA DEL TEMPS	26 ARRÒS ECO AMB VERDURETES TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	27 LLENTIES SALTADES (1) LLOM AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	28 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) PINXOS DE POLLASTRE SALTATS A L'ALLET AMB AMANIDA DE RÚCULA (11) IOGURT DE PROXIMITAT (7)	29 CREMA DE PÈSOLS I PASTANAGA (11) AVUI TRIEN ELS NENS: TORTEL-LINIS DE FORMATGE AMB SALSA A ESCOLLIR (1,3,6,7,9) FRUITA DEL TEMPS

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.



Escriu les paraules d'aquests mots creuats



Fruites de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes

Varietat de peix fresc



Cada dia s'ofereix pa integral

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 <b>FESTIU</b>
4 <b>FESTIU</b>	5 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLA TRUITA A LA FRANCESA AMB BASTONETS DE PASTANAGA (3) FRUITA DEL TEMPS	6 PÍCNIC: AMANIDA DE PASTA (blat de moro i olives) (1,3,6,9) NUGGETS DE POLLASTRE AMB AMANIDA (1,2,3,4,6,7,8,12,13) FRUITA DEL TEMPS	7 MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB HORTALISSES LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (4,5,8,13) FRUITA DEL TEMPS	8 COLIFLOR AMB PATATA (11) GALL DINDI GUISAT A LA JARDINERA (pèsols i pastanaga) FRUITA DEL TEMPS
11 PASTA ECO AL PESTO DE BRÓCOLI I FORMATGE (1,3,6,7,9) OUS REMENATS AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA (3) FRUITA DEL TEMPS	12 AMANIDA DE LLEGUMS (1,4) PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS (11) FRUITA DEL TEMPS	13 SOPA MINISTRONE VEGETAL CALAMARS GUISATS AMB SALSETA I PATATES (11,13) FRUITA DEL TEMPS	14 AMANIDA D'ARRÒS ECO (tonyina, blat de moro i olives)(4) SALSITXA/BOTIFARRA D'AU, HAMBURGUESA DE PEIX O VEGETAL AMB AMANIDA IOGURT A GRANEL AMB MADUIXA DE TEMPORADA (7)	15 PURÉ DE CARBASSÓ (11) PIZZA CASOLANA DE GALL DINDI I FORMATGE AMB AMANIDA (1,6,7,9) FRUITA DEL TEMPS
18 MINISTRA DE VERDURES (11) PAELLA DEL CUINER/A (S/CARN) FRUITA DEL TEMPS	19 ESPINACS AMB PATATA (11) HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CARMEL-LITZADA I AMANIDA (6,11) FRUITA DEL TEMPS	20 CIGRONS ECO ESTOFATS AMB VERDURES OUS DURS AMB TOMÀQUET I AMANIDA (3) FRUITA DEL TEMPS	21 TASTET DE CIRERA DEL BAIX LLOBREGAT I AMANIDA D'ESPIRALS (1,3,4,6,9) PEIX FRESC SEGONS MERCAT A LA LLIMONA FREGIT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	22 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES GRATINADES (1,6,7,9,11) ALES DE POLLASTRE ADOBADES CASOLANES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO (1,9) IOGURT DE PROXIMITAT (7)
25 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (4) PEIX AL FORN O HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 ARRÒS ECO AMB VERDURETES TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	27 LLENTIES SALTADES (1) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (4,13) FRUITA DEL TEMPS	28 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) PINXOS DE POLLASTRE SALTATS A L'ALLET AMB AMANIDA DE RÚCULA (11) IOGURT DE PROXIMITAT (7)	29 CREMA DE PÈSOLS I PASTANAGA (11) AVUI TRIEN ELS NENS: TORTEL-LINIS DE FORMATGE AMB SALSINA A ESCOLLIR (S/CARN) FRUITA DEL TEMPS
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.				

**Declaració d'al·lèrgens**



Amb aquests números permet identificar els al·lèrgens de cada plat.

Escriu les paraules d'aquests mots creuats




**Fruites de temporada**




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

**Varietat de peix fresc**



**Cada dia s'ofereix pa integral**



@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat

