

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA D'ALBERGÍNIA AMB AMANIDA (3,11) FRUITA DEL TEMPS	2 EMPEDRAT DE CIGRONS (4) PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	3 PASTA ECO AMB SOFREGIT DE VERDURES (1,3,6,9) LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (2,4,5,8,13) FRUITA DEL TEMPS	4 BLEDA AMB PATATA (11) GALL DINDI AMB SALS DE VERDURES IOGURT DE PROXIMITAT (7)	5 VICHYSOISE O CREMA DE PORROS AMB CROSTONS CASOLANS (1,6,7,9,11) VARETES DE LLUÇ AMB AMANIDA (1,4,6,9) FRUITA DEL TEMPS
8 MINESTRA DE VERDURES (11) FIDEUÀ MARINERA AMB GAMBETES (1,2,3,4,6,9,13) FRUITA DEL TEMPS	9 LLENTIES ECO ESTOFADES AMB HORTALISSES (11) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE (3) FRUITA DEL TEMPS	10 PURÉ DE CARBASSÓ (11) POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB REMOLATXA, PASTANAGA I POMA FRUITA DEL TEMPS	11 ARRÒS ECO AL CURRI AMB VERDURES (1,9) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	12 DINAR ESPECIAL DEL MENJADOR: PICA-PICA (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14) HAMBURGUESA PLANXA/FORN ESTIL AMERICÀ AMB PA I PATATES FREGIDES (1,3,6,7,9,10,11) GELAT DE VASET (3)
15 AMANIDA D'ARRÒS ECO (tonyina, blat de moro i olives)(4) TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	16 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) POLLASTRE AMB CANYELLA I LLIMONA AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	17 PASTA ECO A LA SICILIANA (tomàquet i olives)(1,3,6,9) PEIX AL FORN AMB SALSETA I BASTONETS DE COGOMBRE (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	18 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS FETS AL FORN (1,6,9,11) ESTOFAT DE CARN AMB XAMPINYONS (11) POSTRA CASOLÀ: MACEDÒNIA DE FRUITA NATURAL	19 MENÚ FI DE CURS - -
22	23	24	25	26
29	30			

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.



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



Setmana temàtica
"Komkiweek"



@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA D'ALBERGÍNIA AMB AMANIDA (3,11) FRUITA DEL TEMPS	2 EMPEDRAT DE CIGRONS (4) POLLASTRE HALAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	3 PASTA ECO AMB SOFREGIT DE VERDURES (1,3,6,9) LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (2,4,5,8,13) FRUITA DEL TEMPS	4 BLEDA AMB PATATA (11) GALL DINDI HALAL AMB SALSA DE VERDURES IOGURT DE PROXIMITAT (7)	5 VICHYSOISE O CREMA DE PORROS AMB CROSTONS CASOLANS (1,6,7,9,11) VARETES DE LLUÇ AMB AMANIDA (1,4,6,9) FRUITA DEL TEMPS
8 MINESTRA DE VERDURES (11) FIDEUÀ MARINERA AMB GAMBETES (1,2,3,4,6,9,13) FRUITA DEL TEMPS	9 LLENTIES ECO ESTOFADES AMB HORTALISSES (11) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE (3) FRUITA DEL TEMPS	10 PURÉ DE CARBASSÓ (11) POLLASTRE HALAL AL FORN A LA FARIGOLA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 ARRÒS ECO AL CURRI AMB VERDURES (1,9) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	12 PICA-PICA S/CARN HAMBURGUESA HALAL ESTIL AMERICÀ AMB PA I PATATES FREGIDES GELAT DE VASET (3)
15 AMANIDA D'ARRÒS ECO (tonyina, blat de moro i olives)(4) TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	16 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) POLLASTRE HALAL AMB CANYELLA I LLIMONA AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	17 PASTA ECO A LA SICILIANA (tomàquet i olives)(1,3,6,9) PEIX AL FORN AMB SALSETA I BASTONETS DE COGOMBRE (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	18 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS FETS AL FORN (1,6,9,11) GALL DINDI HALAL SALTAT O PEIX AMB XAMPINYONS POSTRA CASOLÀ: MACEDÒNIA DE FRUITA NATURAL	19 MENÚ FI DE CURS HALAL - -
22	23	24	25	26
29	30			

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.



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



Fruites de temporada



Setmana temàtica
"Komkiweek"



@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA D'ALBERGÍNIA AMB AMANIDA (3,11) FRUITA DEL TEMPS	2 EMPEDRAT DE CIGRONS (4) PEIX O HAMBURGUESA VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	3 PASTA ECO AMB SOFREGIT DE VERDURES (1,3,6,9) LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (2,4,5,8,13) FRUITA DEL TEMPS	4 BLEDA AMB PATATA (11) LLUÇ AMB SALSA DE VERDURES IOGURT DE PROXIMITAT (7)	5 VICHYSSEOISE O CREMA DE PORROS AMB CROSTONS CASOLANS (1,6,7,9,11) VARETES DE LLUÇ AMB AMANIDA (1,4,6,9) FRUITA DEL TEMPS
8 MINESTRA DE VERDURES (11) FIDEUÀ MARINERA AMB GAMBETES (1,2,3,4,6,9,13) FRUITA DEL TEMPS	9 LLENTIES ECO ESTOFADES AMB HORTALISSES (11) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE (3) FRUITA DEL TEMPS	10 PURÉ DE CARBASSÓ (11) LLUÇ AL FORN A LA FARIGOLA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 ARRÒS ECO AL CURRI AMB VERDURES (1,9) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	12 PICA-PICA S/CARN HAMBURGUESA DE PEIX O VEGETAL AMB PA I PATATES FREGIDES GELAT DE VASET (3)
15 AMANIDA D'ARRÒS ECO (tonyina, blat de moro i olives)(4) TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	16 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) LLUÇ AL FORN AMB CANYELLA I LLIMONA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	17 PASTA ECO A LA SICILIANA (tomàquet i olives)(1,3,6,9) PEIX AL FORN AMB SALSETA I BASTONETS DE COGOMBRE (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	18 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS FETS AL FORN (1,6,9,11) "MANDONGUILLES" DE PEIX O PEIX AL FORN AMB XAMPINYONS POSTRA CASOLÀ: MACEDÒNIA DE FRUITA NATURAL	19 MENÚ FI DE CURS SENSE CARN
22	23	24	25	26
29	30			

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.



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



Fruites de temporada



Setmana temàtica "Komkiweek"



@comacasamenjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA D'ALBERGÍNIA AMB AMANIDA (3,11) FRUITA DEL TEMPS	2 EMPEDRAT DE CIGRONS (4) PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	3 PASTA S/ GLUTEN S/OU AMB SOFREGIT DE VERDURES LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (2,4,5,8,13) FRUITA DEL TEMPS	4 BLEDA AMB PATATA (11) GALL DINDI AMB SALS DE VERDURES IOGURT DE PROXIMITAT (7)	5 VICHYSOISE O CREMA DE PORROS AMB CROSTONS SENSE GLUTEN PEIX ARREBOSSAT SENSE GLUTEN S/OU AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
8 MINESTRA DE VERDURES (11) FIDEUÀ S/ GLUTEN S/OU DE LA CASA (S/ PREPARAT) FRUITA DEL TEMPS	9 LLENTIES SENSE GLUTEN ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE (3) FRUITA DEL TEMPS	10 PURÉ DE CARBASSÓ (11) POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB REMOLATXA, PASTANAGA I POMA FRUITA DEL TEMPS	11 ARRÒS AMB VERDURES (S/ CURRI) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	12 PICA-PICA S/ GLUTEN S/OU HAMBURGUESA AMB PA S/ GLUTEN S/OU I PATATES FREGIDES GELAT DE VASET (3)
15 AMANIDA D'ARRÒS ECO (tonyina, blat de moro i olives)(4) TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	16 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) POLLASTRE AMB CANYELLA I LLIMONA AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	17 PASTA S/ GLUTEN S/OU A LA SICILIANA PEIX AL FORN AMB SALSETA I BASTONETS DE COGOMBRE (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	18 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS SENSE GLUTEN ESTOFAT DE CARN AMB XAMPINYONS (11) POSTRA CASOLÀ: MACEDÒNIA DE FRUITA NATURAL	19 MENÚ FI DE CURS SENSE GLUTEN
22	23	24	25	26
29	30			

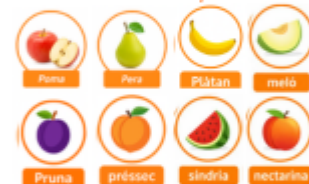
Un cop al mes, unes postres casolanes. Es servirà pa integral. Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir. Ús de sal iodada per cuinar. Carn i pollastre produïts a Catalunya. Menús elaborats pel Departament de Dietètica i Nutrició. Tenim a la seva disposició el llistat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



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



Fruites de temporada



Setmana temàtica

"Komkiweek"



@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA D'ALBERGÍNIA AMB AMANIDA (3,11) FRUITA DEL TEMPS	2 EMPEDRAT DE CIGRONS (4) PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	3 PASTA ECO AMB SOFREGIT DE VERDURES (1,3,6,9) LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (2,4,5,8,13) FRUITA DEL TEMPS	4 BLEDA AMB PATATA (11) GALL DINDI AMB SALSA DE VERDURES IOGURT DE SOIA	5 CREMA DE PORROS (SENSE LLET) VARETES DE LLUÇ S/OU S/LLET O PEIX ARREBOSSAT CASOLÀ S/OU AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
8 MINESTRA DE VERDURES (11) FIDEUÀ DE LA CASA (S/PREPARAT) FRUITA DEL TEMPS	9 LLENTIES ECO ESTOFADES AMB HORTALISSES (11) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE (3) FRUITA DEL TEMPS	10 PURÉ DE CARBASSÓ (SENSE LLET) POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB REMOLATXA, PASTANAGA I POMA FRUITA DEL TEMPS	11 ARRÒS ECO AL CURRI AMB VERDURES (1,9) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	12 PICA-PICA S/LLET (sense natxos) HAMBURGUESA D'AU S/LLET O CARN PLANXA AMB PA S/LLET I PATATES FREGIDES GELAT SENSE LLET O IOGURT DE SOIA
15 AMANIDA D'ARRÒS ECO (tonyina, blat de moro i olives)(4) TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	16 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) POLLASTRE AMB CANYELLA I LLIMONA AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	17 PASTA ECO A LA SICILIANA (tomàquet i olives)(1,3,6,9) PEIX AL FORN AMB SALSETA I BASTONETS DE COGOMBRE (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	18 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES (S/LLET) AMB CROSTONS CASOLANS GALL DINDI SALTAT O PEIX AMB XAMPINYONS POSTRA CASOLÀ: MACEDÒNIA DE FRUITA NATURAL	19 MENÚ FI DE CURS SENSE LLET
22	23	24	25	26
29	30			

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.



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



Fruites de temporada



Setmana temàtica
"Komkiweek"



@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ "TRUITA" VEGANA D'ALBERGÍNIA I FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL O PEIX PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	2 EMPEDRAT DE CIGRONS (S/OU) PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	3 PASTA S/GLUTEN S/OU AMB SOFREGIT DE VERDURES LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (2,4,5,8,13) FRUITA DEL TEMPS	4 BLEDA AMB PATATA (11) GALL DINDI AMB SALSA DE VERDURES IOGURT DE PROXIMITAT (7)	5 VICHYSOISE O CREMA DE PORROS AMB CROSTONS CASOLANS (1,6,7,9,11) VARETES DE LLUÇ S/OU S/LLET O PEIX ARREBOSSAT CASOLÀ S/OU AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
8 MINESTRA DE VERDURES (11) FIDEUÀ S/GLUTEN S/OU DE LA CASA (S/PREPARAT) FRUITA DEL TEMPS	9 LLENTIES ECO ESTOFADES AMB HORTALISSES (11) "TRUITA VEGANA DE VERDURES I FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB GUARNICIÓ FRUITA DEL TEMPS	10 PURÉ DE CARBASSÓ (11) POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB REMOLATXA, PASTANAGA I POMA FRUITA DEL TEMPS	11 ARRÒS ECO AL CURRI AMB VERDURES (1,9) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	12 PICA-PICA S/GLUTEN S/OU HAMBURGUESA S/OU AMB PA S/OU I PATATES FREGIDES GELAT DE VASET (3)
15 AMANIDA D'ARRÒS ECO (tonyina, blat de moro i olives)(4) "TRUITA VEGANA DE CARBASSÓ I PATATA AMB FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	16 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) POLLASTRE AMB CANYELLA I LLIMONA AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	17 PASTA S/GLUTEN S/OU A LA SICILIANA PEIX AL FORN AMB SALSETA I BASTONETS DE COGOMBRE (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	18 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS FETS AL FORN (1,6,9,11) ESTOFAT DE CARN AMB XAMPINYONS (11) POSTRA CASOLÀ: MACEDÒNIA DE FRUITA NATURAL	19 MENÚ FI DE CURS SENSE OU - -
22	23	24	25	26
29	30			

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.



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



Fruites de temporada



Setmana temàtica
"Komkiweek"



@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA D'ALBERGÍNIA AMB AMANIDA (3,11) FRUITA DEL TEMPS	2 EMPEDRAT DE CIGRONS (S/TONYINA) PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	3 PASTA ECO AMB SOFREGIT DE VERDURES (1,3,6,9) OUS DURS AMB OLI I PEBRE VERMELL O OUS REMENATS I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	4 BLEDA AMB PATATA (11) GALL DINDI AMB SALSA DE VERDURES IOGURT DE PROXIMITAT (7)	5 VICHYSSEOISE O CREMA DE PORROS AMB CROSTONS CASOLANS (1,6,7,9,11) CARN ARREBOSSADA CASOLANA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
8 MINESTRA DE VERDURES (11) FIDEUÀ AMB CARN O VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	9 LLENTIES ECO ESTOFADES AMB HORTALISSES (11) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE (3) FRUITA DEL TEMPS	10 PURÉ DE CARBASSÓ (11) POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB REMOLATXA, PASTANAGA I POMA FRUITA DEL TEMPS	11 ARRÒS ECO AL CURRI AMB VERDURES (1,9) LLOM AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 PICA-PICA ADAPTAT HAMBURGUESA PLANXA/FORN ESTIL AMERICÀ AMB PA I PATATES FREGIDES (1,3,6,7,9,10,11) GELAT DE VASET (3)
15 AMANIDA D'ARRÒS (S/TONYINA) TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	16 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) POLLASTRE AMB CANYELLA I LLIMONA AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	17 PASTA ECO A LA SICILIANA (tomàquet i olives)(1,3,6,9) OUS DURS EN SALSA O LLEGUM EN SALSETA I BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	18 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS FETS AL FORN (1,6,9,11) ESTOFAT DE CARN AMB XAMPINYONS (11) POSTRA CASOLÀ: MACEDÒNIA DE FRUITA NATURAL	19 MENÚ FI DE CURS SENSE PEIX - -
22	23	24	25	26
29	30			

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.



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



Fruites de temporada



Setmana temàtica
"Komkiweek"



@comacasamenjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA D'ALBERGÍNIA AMB AMANIDA (3,11) FRUITA DEL TEMPS	2 EMPEDRAT DE CIGRONS (4) PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	3 PASTA ECO AMB SOFREGIT DE VERDURES (1,3,6,9) LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (2,4,5,8,13) FRUITA DEL TEMPS	4 BLEDA AMB PATATA (11) GALL DINDI AMB SALSA DE VERDURES IOGURT DE PROXIMITAT (7)	5 VICHYSOISE O CREMA DE PORROS AMB CROSTONS CASOLANS (1,6,7,9,11) VARETES DE LLUÇ AMB AMANIDA (1,4,6,9) FRUITA DEL TEMPS
8 MINESTRA DE VERDURES (11) FIDEUÀ MARINERA AMB GAMBETES (1,2,3,4,6,9,13) FRUITA DEL TEMPS	9 LLENTIES ECO ESTOFADES AMB HORTALISSES (11) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE (3) FRUITA DEL TEMPS	10 PURÉ DE CARBASSÓ (11) POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB REMOLATXA, PASTANAGA I POMA FRUITA DEL TEMPS	11 ARRÒS ECO AL CURRI AMB VERDURES (1,9) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	12 PICA-PICA S/CARN HAMBURGUESA D'AU, PEIX O VEGETAL AMB PA I PATATES FREGIDES GELAT DE VASET (3)
15 AMANIDA D'ARRÒS ECO (tonyina, blat de moro i olives)(4) TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	16 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) POLLASTRE AMB CANYELLA I LLIMONA AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	17 PASTA ECO A LA SICILIANA (tomàquet i olives)(1,3,6,9) PEIX AL FORN AMB SALSETA I BASTONETS DE COGOMBRE (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	18 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS FETS AL FORN (1,6,9,11) GALL DINDI SALTAT O PEIX AMB XAMPINYONS POSTRA CASOLÀ: MACEDÒNIA DE FRUITA NATURAL	19 MENÚ FI DE CURS SENSE PORC - -
22	23	24	25	26
29	30			

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.



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



Fruites de temporada



Setmana temàtica
"Komkiweek"



@comacasamenjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat

