

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 FESTIU	2 FESTIU	3 FESTIU	4 FESTIU
7 FESTIU	8 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	9 TRINXAT DE COL I PATATA AMB ALLET (11) POLLASTRE AL FORN AMB XILINDRÓN (tomàquet, ceba i pebrot) FRUITA DEL TEMPS	10 PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga)(1,6,9) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	11 FESTIU
14 AMANIDA D'ESPIRALS DE COLORS (1,3,4,6,9) TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA (3,7) FRUITA DEL TEMPS	15 FESOLS GUISATS AMB HORTALISSES HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CARAMEL-LITZADA I AMANIDA (6,11) FRUITA DEL TEMPS	16 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS FETS AL FORN (1,6,9,11) FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA (2,4,13) IOGURT DE PROXIMITAT (7)	17 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) CASSOLETA DE CIGRONS ECO AMB VERDURETES DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE PEIX AMB ARRÒS (2,4,11,13) PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB BOLETS (11) FRUITA DEL TEMPS
21 LLACETS AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega)(1,3,6,9) OUS REMENATS AMB XAMPINYONS O TRUITA DE XAMPINYONS AMB AMANIDA (3) FRUITA DEL TEMPS	22 MINESTRA CASOLANA AMANIDA AMB OLI D'OLIVA (11) LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA (1,3,6,7,9) FRUITA DEL TEMPS	23 CREMA DE VERDURES (11) POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB REMOLATXA, PASTANAGA I POMA FRUITA DEL TEMPS	24 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (4) DAUS DE GALL DINDI ADOBATS AL FORN AMB BASTONETS DE COGOMBRE (1,9) POSTRA CASOLÀ: IOGURT AMB FRUITA NATURAL (7)	25 ARRÒS AL PESTO (oli, alfàbrega i formatge)(7) SUQUET DE PEIX FRESC AMB HORTALISSES (2,4,11,13) FRUITA DEL TEMPS
28 CREMA DE PORROS (11) LLENTIES ECO DE L'ÀVIA (GALL DINDI I VERDURES)(11) FRUITA DEL TEMPS	29 ARRÒS INTEGRAL AMB VERDURES CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	30 BRÓCOLI AMB PATATA AMANIT AMB OLI D'OLIVA (11) LLOM AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA 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.

BON INICI DE CURS

Fruites de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes

Varietat de peix fresc

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

Ús de sal iodada per cuinar

Cada dia s'ofereix **pa integral**

Producte de **proximitat**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 FESTIU	2 FESTIU	3 FESTIU	4 FESTIU
7 FESTIU	8 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	9 TRINXAT DE COL I PATATA AMB ALLET (11) POLLASTRE HALAL AL XILINDRÓN (tomàquet, ceba i pebrot) FRUITA DEL TEMPS	10 PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga) (1,6,9) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	11 FESTIU
14 AMANIDA DE PASTA (S/CARN) TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA (3,7) FRUITA DEL TEMPS	15 FESOLS GUISATS AMB HORTALISSES HAMBURGUESA HALAL, DE PEIX O VEGETAL AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	16 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS FETS AL FORN (1,6,9,11) FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA (2,4,13) IOGURT DE PROXIMITAT (7)	17 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) CASSOLETA DE CIGRONS ECO AMB VERDURETES DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE PEIX AMB ARRÒS (2,4,11,13) POLLASTRE HALAL ROSTIT AMB XAMPINYONS (S/V) FRUITA DEL TEMPS
21 LLACETS AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) (1,3,6,9) OUS REMENATS AMB XAMPINYONS O TRUITA DE XAMPINYONS AMB AMANIDA (3) FRUITA DEL TEMPS	22 MINESTRA CASOLANA AMANIDA AMB OLI D'OLIVA (11) LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA (1,3,6,7,9) FRUITA DEL TEMPS	23 CREMA DE VERDURES (11) POLLASTRE HALAL AL FORN A LA FARIGOLA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	24 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (4) GALL DINDI HALAL ADOBAT AMB AMANIDA POSTRA CASOLÀ: IOGURT AMB FRUITA NATURAL (7)	25 ARRÒS AL PESTO (oli, alfàbrega i formatge) (7) SUQUET DE PEIX FRESC AMB HORTALISSES (2,4,11,13) FRUITA DEL TEMPS
28 CREMA DE PORROS (11) LLENTIES ECO DE L'ÀVIA (GALL DINDI HALAL I VERDURES) FRUITA DEL TEMPS	29 ARRÒS INTEGRAL AMB VERDURES POLLASTRE HALAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	30 BRÓCOLI AMB PATATA AMANIT AMB OLI D'OLIVA (11) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA 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.

BON INICI DE CURS

Fruites de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes

Varietat de peix fresc

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

Ús de sal iodada per cuinar

Cada dia s'ofereix **pa integral**

Producte de **proximitat**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 FESTIU	2 FESTIU	3 FESTIU	4 FESTIU
7 FESTIU	8 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	9 TRINXAT DE COL I PATATA AMB ALLET (11) PEIX AL XILINDRÓN FRUITA DEL TEMPS	10 PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga) (1,6,9) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	11 FESTIU
14 AMANIDA DE PASTA (S/CARN) TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA (3,7) FRUITA DEL TEMPS	15 FESOLS GUISATS AMB HORTALISSES HAMBURGUESA DE PEIX O VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	16 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS FETS AL FORN (1,6,9,11) FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA (2,4,13) IOGURT DE PROXIMITAT (7)	17 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) CASSOLETA DE CIGRONS ECO AMB VERDURETES DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE PEIX AMB ARRÒS (2,4,11,13) PEIX AL FORN AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS
21 LLACETS AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) (1,3,6,9) OUS REMENATS AMB XAMPINYONS O TRUITA DE XAMPINYONS AMB AMANIDA (3) FRUITA DEL TEMPS	22 MINESTRA CASOLANA AMANIDA AMB OLI D'OLIVA (11) LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA (1,3,6,7,9) FRUITA DEL TEMPS	23 CREMA DE VERDURES (11) LLUÇ AL FORN A LA FARIGOLA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	24 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (4) OUS DURS AMB OLI I PEBRE VERMELL O OUS REMENATS I AMANIDA POSTRA CASOLÀ: IOGURT AMB FRUITA NATURAL (7)	25 ARRÒS AL PESTO (oli, alfàbrega i formatge) (7) SUQUET DE PEIX FRESC AMB HORTALISSES (2,4,11,13) FRUITA DEL TEMPS
28 CREMA DE PORROS (11) LLENTIES GUISADES (SENSE CARN) FRUITA DEL TEMPS	29 ARRÒS INTEGRAL AMB VERDURES TRUITA A LA FRANCESA O OUS REMENATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	30 BRÓCOLI AMB PATATA AMANIT AMB OLI D'OLIVA (11) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA 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.

BON INICI DE CURS

Fruites de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes

Varietat de peix fresc

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

Ús de sal iodada per cuinar

Cada dia s'ofereix **pa integral**

Producte de **proximitat**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 FESTIU	2 FESTIU	3 FESTIU	4 FESTIU
7 FESTIU	8 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	9 TRINXAT DE COL I PATATA AMB ALLET (11) POLLASTRE AL FORN AMB XILINDRÓN (tomàquet, ceba i pebrot) FRUITA DEL TEMPS	10 PASTA S/GLUTEN S/OU A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	11 FESTIU
14 AMANIDA DE PASTA S/GLUTEN S/OU TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA (3,7) FRUITA DEL TEMPS	15 FESOLS GUISATS AMB HORTALISSES HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CARAMEL-LITZADA I AMANIDA (6,11) FRUITA DEL TEMPS	16 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS SENSE GLUTEN O SENSE CROSTONS FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA (2,4,13) IOGURT DE PROXIMITAT (7)	17 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) CASSOLETA DE CIGRONS ECO AMB VERDURETES DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE PEIX AMB ARRÒS (2,4,11,13) PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB BOLETS (11) FRUITA DEL TEMPS
21 PASTA S/GLUTEN S/OU AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) OUS REMENATS AMB XAMPINYONS O TRUITA DE XAMPINYONS AMB AMANIDA (3) FRUITA DEL TEMPS	22 MINESTRA CASOLANA AMANIDA AMB OLI D'OLIVA (11) LASSANYA S/GLUTEN DE LLENTIES S/GLUTEN FRUITA DEL TEMPS	23 CREMA DE VERDURES (11) POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB REMOLATXA, PASTANAGA I POMA FRUITA DEL TEMPS	24 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (4) DAUS ADOBATS (S/CURRI) AMB GUARNICIÓ POSTRA CASOLÀ: IOGURT AMB FRUITA NATURAL (7)	25 ARRÒS AL PESTO (oli, alfàbrega i formatge)(7) SUQUET DE PEIX (sense preparat) FRUITA DEL TEMPS
28 CREMA DE PORROS (11) LLENTIES ECO DE L'ÀVIA (GALL DINDI I VERDURES)(11) FRUITA DEL TEMPS	29 ARRÒS INTEGRAL AMB VERDURES CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	30 BRÓCOLI AMB PATATA AMANIT AMB OLI D'OLIVA (11) LLOM AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA 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.				


Fruites de temporada

Un cop al mes, unes postres casolanes
Varietat de peix fresc

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

Ús de sal iodada per cuinar

 Cada dia s'ofereix **pa integral**

 Producte de **proximitat**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 FESTIU	2 FESTIU	3 FESTIU	4 FESTIU
7 FESTIU	8 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	9 TRINXAT DE COL I PATATA AMB ALLET (11) POLLASTRE AL FORN AMB XILINDRÓN (tomàquet, ceba i pebrot) FRUITA DEL TEMPS	10 PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga)(1,6,9) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	11 FESTIU
14 AMANIDA D'ESPIRALS DE COLORS (1,3,4,6,9) TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	15 FESOLS GUISATS AMB HORTALISSES HAMBURGUESA D'AU (S/LLET) O GALL D'INDI PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	16 CREMA DE CARBASSA (S/LLET) AMB CROSTONS CASOLANS FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA (2,4,13) IOGURT DE SOIA	17 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) CASSOLETA DE CIGRONS ECO AMB VERDURETES DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE PEIX AMB ARRÒS (2,4,11,13) PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB BOLETS (11) FRUITA DEL TEMPS
21 LLACETS AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega)(1,3,6,9) OUS REMENATS AMB XAMPINYONS O TRUITA DE XAMPINYONS AMB AMANIDA (3) FRUITA DEL TEMPS	22 MINESTRA CASOLANA AMANIDA AMB OLI D'OLIVA (11) LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA (S/LLET NI FORMATGE) FRUITA DEL TEMPS	23 CREMA DE VERDURES (S/LLET) POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB REMOLATXA, PASTANAGA I POMA FRUITA DEL TEMPS	24 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (4) DAUS DE GALL D'INDI ADOBATS AL FORN AMB BASTONETS DE COGOMBRE (1,9) IOGURT DE SOIA AMB FRUITA NATURAL	25 ARRÒS AL PESTO (oli i alfàbrega)(S/FORMATGE) SUQUET DE PEIX (sense preparat) FRUITA DEL TEMPS
28 CREMA DE PORROS (SENSE LLET) LLENTIES ECO DE L'ÀVIA (GALL D'INDI I VERDURES)(11) FRUITA DEL TEMPS	29 ARRÒS INTEGRAL AMB VERDURES CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	30 BRÓCOLI AMB PATATA AMANIT AMB OLI D'OLIVA (11) LLOM AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA 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

1 GLUTEN 2 CRUSTACEIS 3 OUS 4 PEIX 5 CACAO/BISSUT 6 SOIA 7 LLET

8 FESOL/LEGUM 9 MONYASSA 10 SÈLAM 11 TALLATS 12 API 13 MONYASSA 14 TALLATS

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

BON INICI DE CURS

Fruites de temporada

meló préssec Pruna Poma

sindria nectarina Plàtan Pera

Un cop al mes, unes postres casolanes

Varietat de peix fresc

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

Ús de sal iodada per cuinar

Cada dia s'ofereix **pa integral**

Producte de proximitat

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 FESTIU	2 FESTIU	3 FESTIU	4 FESTIU
7 FESTIU	8 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ "TRUITA VEGANA DE CARBASSÓ I PATATA AMB FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	9 TRINXAT DE COL I PATATA AMB ALLET (11) POLLASTRE AL FORN AMB XILINDRÓN (tomàquet, ceba i pebrot) FRUITA DEL TEMPS	10 PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga)(1,6,9) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	11 FESTIU
14 AMANIDA DE PASTA S/GLUTEN S/OU (s/ou) "TRUITA VEGANA DE VERDURES I FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	15 FESOLS GUIATS AMB HORTALISSES HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CARAMEL-LITZADA I AMANIDA (6,11) FRUITA DEL TEMPS	16 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS FETS AL FORN (1,6,9,11) FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA (2,4,13) IOGURT DE PROXIMITAT (7)	17 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) CASSOLETA DE CIGRONS ECO AMB VERDURETES DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE PEIX AMB ARRÒS (2,4,11,13) PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB BOLETS (11) FRUITA DEL TEMPS
21 PASTA S/GLUTEN S/OU AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) "TRUITA VEGANA DE XAMPINYONS I FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL" O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	22 MINESTRA CASOLANA AMANIDA AMB OLI D'OLIVA (11) MUSSACA D'ALBERGÍNIA O PATATA AMB LLENTIES (formatge s/ou o sense formatge) FRUITA DEL TEMPS	23 CREMA DE VERDURES (11) POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB REMOLATXA, PASTANAGA I POMA FRUITA DEL TEMPS	24 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (4) DAUS DE GALL DINDI ADOBATS AL FORN AMB BASTONETS DE COGOMBRE (1,9) POSTRA CASOLÀ: IOGURT AMB FRUITA NATURAL (7)	25 ARRÒS AL PESTO (oli, alfàbrega i formatge)(7) SUQUET DE PEIX (sense preparat) FRUITA DEL TEMPS
28 CREMA DE PORROS (11) LLENTIES ECO DE L'ÀVIA (GALL DINDI I VERDURES)(11) FRUITA DEL TEMPS	29 ARRÒS INTEGRAL AMB VERDURES CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	30 BRÓCOLI AMB PATATA AMANIT AMB OLI D'OLIVA (11) LLOM AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA 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.

BON INICI DE CURS

Fruites de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes

Varietat de peix fresc

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

Ús de sal iodada per cuinar

Cada dia s'ofereix pa integral

Producte de proximitat

@comacasa.menjadorscolars
www.comacasamenjadors.cat

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 FESTIU	2 FESTIU	3 FESTIU	4 FESTIU
7 FESTIU	8 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	9 TRINXAT DE COL I PATATA AMB ALLET (11) POLLASTRE AL FORN AMB XILINDRÓN (tomàquet, ceba i pebrot) FRUITA DEL TEMPS	10 PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga)(1,6,9) LLOM AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 FESTIU
14 AMANIDA DE PASTA (S/TONYINA) TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA (3,7) FRUITA DEL TEMPS	15 FESOLS GUISATS AMB HORTALISSES HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBA CARAMEL-LITZADA I AMANIDA (6,11) FRUITA DEL TEMPS	16 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS FETS AL FORN (1,6,9,11) OUS DURS O REMENATS AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT (7)	17 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) CASSOLETA DE CIGRONS ECO AMB VERDURETES DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA VEGETAL AMB ARRÒS PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB BOLETS (11) FRUITA DEL TEMPS
21 LLACETS AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega)(1,3,6,9) OUS REMENATS AMB XAMPINYONS O TRUITA DE XAMPINYONS AMB AMANIDA (3) FRUITA DEL TEMPS	22 MINESTRA CASOLANA AMANIDA AMB OLI D'OLIVA (11) LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA (1,3,6,7,9) FRUITA DEL TEMPS	23 CREMA DE VERDURES (11) POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB REMOLATXA, PASTANAGA I POMA FRUITA DEL TEMPS	24 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (S/TONYINA) DAUS DE GALL DINDI ADOBATS AL FORN AMB BASTONETS DE COGOMBRE (1,9) POSTRA CASOLÀ: IOGURT AMB FRUITA NATURAL (7)	25 ARRÒS AL PESTO (oli, alfàbrega i formatge)(7) OUS DURS EN SALSA O REMENATS AMB TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS
28 CREMA DE PORROS (11) LLENTIES ECO DE L'ÀVIA (GALL DINDI I VERDURES)(11) FRUITA DEL TEMPS	29 ARRÒS INTEGRAL AMB VERDURES CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	30 BRÓCOLI AMB PATATA AMANIT AMB OLI D'OLIVA (11) LLOM AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA 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.

BON INICI DE CURS

Fruites de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes

Varietat de peix fresc

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

Ús de sal iodada per cuinar

Cada dia s'ofereix pa integral

Producte de proximitat

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 FESTIU	2 FESTIU	3 FESTIU	4 FESTIU
7 FESTIU	8 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	9 TRINXAT DE COL I PATATA AMB ALLET (11) POLLASTRE AL FORN AMB XILINDRÓN (tomàquet, ceba i pebrot) FRUITA DEL TEMPS	10 PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga)(1,6,9) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	11 FESTIU
14 AMANIDA DE PASTA (S/CARN) TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA (3,7) FRUITA DEL TEMPS	15 FESOLS GUISATS AMB HORTALISSES HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB CEBÀ CARAMEL-LITZADA I AMANIDA (6,11) FRUITA DEL TEMPS	16 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS FETS AL FORN (1,6,9,11) FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA (2,4,13) IOGURT DE PROXIMITAT (7)	17 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) CASSOLETA DE CIGRONS ECO AMB VERDURETES DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE PEIX AMB ARRÒS (2,4,11,13) PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB BOLETS (11) FRUITA DEL TEMPS
21 LLACETS AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega)(1,3,6,9) OUS REMENATS AMB XAMPINYONS O TRUITA DE XAMPINYONS AMB AMANIDA (3) FRUITA DEL TEMPS	22 MINESTRA CASOLANA AMANIDA AMB OLI D'OLIVA (11) LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA (1,3,6,7,9) FRUITA DEL TEMPS	23 CREMA DE VERDURES (11) POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB REMOLATXA, PASTANAGA I POMA FRUITA DEL TEMPS	24 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (4) DAUS DE GALL DINDI ADOBATS AL FORN AMB BASTONETS DE COGOMBRE (1,9) POSTRA CASOLÀ: IOGURT AMB FRUITA NATURAL (7)	25 ARRÒS AL PESTO (oli, alfàbrega i formatge)(7) SUQUET DE PEIX FRESC AMB HORTALISSES (2,4,11,13) FRUITA DEL TEMPS
28 CREMA DE PORROS (11) LLENTIES ECO DE L'ÀVIA (GALL DINDI I VERDURES)(11) FRUITA DEL TEMPS	29 ARRÒS INTEGRAL AMB VERDURES CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	30 BRÓCOLI AMB PATATA AMANIT AMB OLI D'OLIVA (11) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA 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.

BON INICI DE CURS

Fruites de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes

Varietat de peix fresc

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

Ús de sal iodada per cuinar

Cada dia s'ofereix **pa integral**

Producte de proximitat

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat