

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 ARRÒS ECO AMB VERDURETES TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	2 CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	3 SOPA DE PEIX PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA DE CANONGES I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	4 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PIZZA CASOLANA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	5 FESTIU
8 FESTIU	9 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA OUS DURS AURORA (base de tomàquet, beixamel i gratinats) I TOMÀQUET AMANIT IOGURT	10 SOPA DE BROU HAMBURGUESA MIXTA AL FORN/PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 COLIFLOR AMB PATATA POLLASTRE AMB Salsa de POMA FRUITA DEL TEMPS	12 PASTA INTEGRAL AMB VERDURES CUES DE RAP AL FORN AMB ALLADA I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
15 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ ESTOFAT DE CARN AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	16 CIGRONS AMB SAMFAINA OUS REMENATS AMB GAMBETES (OPCIONAL) I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	17 BAJOCA AMB PATATA POLLASTRE ROSTIT AMB PORRO AL FORN FRUITA DEL TEMPS	18 PASTA INTEGRAL A LA CARBONARA PEIX AMB SALSETA I BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	19 ESCUDELLA DE NADAL ASSORTIMENT DE FREGITS AMB TOMÀQUET AMANIT POSTRE ESPECIAL DE NADAL
22 FESTIU	23 FESTIU	24 FESTIU	25 FESTIU	26 FESTIU
29 FESTIU	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.



Aquest mes les **fruites de temporada** són:
taronja, mandarina, pera, poma, plàtan,...



19 de desembre:
Tornem a casa per nadal

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



Ús de **sal iodada** per cuinar

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



Sense gluten (menú amb pa sense gluten) - Desembre 2025

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 ARRÒS ECO AMB VERDURETES TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	2 CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	3 SOPA DE PEIX AMB PASTA S/ GLUTEN S/OU POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA DE CANONGES S/AL·LERGENS O ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	4 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PIZZA S/ GLUTEN O PANINI S/ GLUTEN DE PERNIL I FORMATGE FRUITA DEL TEMPS	5 FESTIU
8 FESTIU	9 LLENTIES S/ GLUTEN ESTOFADES AMB CARBASSA OUS DURS AMB BEIXAMEL S/ GLUTEN O SENSE BEIXAMEL GRATINATS AMB AMANIDA IOGURT	10 SOPA DE BROU AMB PASTA S/ GLUTEN S/OU HAMBURGUESA MIXTA AL FORN/PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 COLIFLOR AMB PATATA POLLASTRE AMB SALS DE POMA (S/ GLUTEN, S/ LLET) FRUITA DEL TEMPS	12 PASTA S/ GLUTEN S/OU AMB VERDURETES CUES DE RAP AL FORN AMB ALLADA I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
15 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ ESTOFAT DE CARN AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	16 CIGRONS AMB SAMFAINA OUS REMENATS AMB GAMBETES (OPCIONAL) I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	17 BAJOCA AMB PATATA POLLASTRE ROSTIT AMB PORRO AL FORN FRUITA DEL TEMPS	18 PASTA S/ GLUTEN S/OU A LA CARBONARA PEIX AMB SALSETA I BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	19 ESCUDELLA DE NADAL AMB PASTA S/ GLUTEN S/OU CROQUETES CASOLANES S/ GLUTEN O POLLASTRE ARREBOSSAT S/ GLUTEN AMB GUARNICIÓ POSTRE ESPECIAL S/ GLUTEN O IOGURT
22 FESTIU	23 FESTIU	24 FESTIU	25 FESTIU	26 FESTIU
29 FESTIU	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.



19 de desembre:
Tornem a casa per nadal

Un cop al mes, unes postres casolanes



Ús de sal iodada per cuinar

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



Cada dia s'ofereix pa integral

@comacasamenjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



Sense lactosa o PLV (Proteïna de la Llet de Vaca) - Desembre 2025

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 ARRÒS ECO AMB VERDURETES TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	2 CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	3 SOPA DE PEIX POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA DE CANONGES S/AL·LÈRGENS O ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	4 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PIZZA S/LLET O PANINI DE PERNIL (S/LLET) O DE TONYINA (SENSE FORMATGE) FRUITA DEL TEMPS	5 FESTIU
8 FESTIU	9 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA OUS DURS AMB TOMÀQUET I AMANIDA IOGURT DE SOIA	10 SOPA DE BROU AMB PASTA (S/VEDELLA) HAMBURGUESA D'AU (S/LLET) O GALL D'INDI PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 COLIFLOR AMB PATATA POLLASTRE AMB SALSa DE POMA (S/ GLUTEN, S/LLET) FRUITA DEL TEMPS	12 PASTA INTEGRAL AMB VERDURES CUES DE RAP AL FORN AMB ALLADA I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
15 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ ESTOFAT DE CARN (NO VEDELLA) AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	16 CIGRONS AMB SAMFAINA OUS REMENATS AMB GAMBETES (OPCIONAL) I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	17 BAJOCA AMB PATATA POLLASTRE ROSTIT AMB PORRO AL FORN FRUITA DEL TEMPS	18 PASTA AMB TOMÀQUET PEIX AMB SALSETA I BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	19 ESCUDELLA DE NADAL (S/VEDELLA) CROQUETES CASOLANES S/LLET O POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB GUARNICIÓ POSTRE ESPECIAL S/LLET O IOGURT DE SOIA
22 FESTIU	23 FESTIU	24 FESTIU	25 FESTIU	26 FESTIU
29 FESTIU	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.



Aquest mes les
**fruites de
 temporada** són:
 taronja,
 mandarina, pera,
 poma, plàtan,...



19 de desembre:
 Tornem a casa per
 nadal

Un cop al mes, unes
postres casolanes



Ús de **sal iodada** per
 cuinar

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
1 ARRÒS ECO AMB VERDURETES "TRUITA VEGANA DE CARBASSÓ I PATATA AMB FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	2 CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	3 SOPA DE PEIX AMB PASTA S/ GLUTEN S/OU POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA DE CANONGES S/AL·LERGENS O ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	4 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PIZZA S/OU O PANINI CASOLÀ (formatge s/ou o sense formatge) FRUITA DEL TEMPS	5 FESTIU
8 FESTIU	9 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA PEIX AMB BASE DE TOMÀQUET, BEIXAMEL I GRATINAT IOGURT	10 SOPA DE BROU (S/GALLINA) AMB PASTA S/ GLUTEN S/OU HAMBURGUESA MIXTA AL FORN/PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 COLIFLOR AMB PATATA POLLASTRE AMB SALS DE POMA FRUITA DEL TEMPS	12 PASTA S/ GLUTEN S/OU AMB VERDURETES CUES DE RAP AL FORN AMB ALLADA I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
15 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ ESTOFAT DE CARN AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	16 CIGRONS AMB SAMFAINA "TRUITA" VEGANA DE FARINA DE CIGRÓ I GAMBETES O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	17 BAJOCA AMB PATATA POLLASTRE ROSTIT AMB PORRO AL FORN FRUITA DEL TEMPS	18 PASTA S/ GLUTEN S/OU A LA CARBONARA PEIX AMB SALSETA I BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	19 ESCUDELLA DE NADAL (S/GALLINA) AMB PASTA S/ GLUTEN S/OU CROQUETES CASOLANES S/OU O POLLASTRE ARREBOSSAT S/OU AMB GUARNICIÓ POSTRE ESPECIAL S/OU O IOGURT
22 FESTIU	23 FESTIU	24 FESTIU	25 FESTIU	26 FESTIU
29 FESTIU	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.



Aquest mes les **fruites de temporada** són:
taronja, mandarina, pera, poma, plàtan,...



19 de desembre:
Tornem a casa per nadal

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



Ús de **sal iodada** per cuinar

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
1 ARRÒS ECO AMB VERDURETES TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	2 CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS LLOM AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	3 SOPA VEGETAL AMB PASTA POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA DE CANONGES S/AL·LÈRGENS O ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	4 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PIZZA CASOLANA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	5 FESTIU
8 FESTIU	9 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA OUS DURS AURORA (base de tomàquet, beixamel i gratinats) I TOMÀQUET AMANIT IOGURT	10 SOPA DE BROU HAMBURGUESA MIXTA AL FORN/PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 COLIFLOR AMB PATATA POLLASTRE AMB SALS DE POMA FRUITA DEL TEMPS	12 PASTA INTEGRAL AMB VERDURES TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
15 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ ESTOFAT DE CARN AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	16 CIGRONS AMB SAMFAINA OUS REMENATS AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA FRUITA DEL TEMPS	17 BAJOCA AMB PATATA POLLASTRE ROSTIT AMB PORRO AL FORN FRUITA DEL TEMPS	18 PASTA INTEGRAL A LA CARBONARA OUS DURS EN SALS O LLEGUM EN SALSETA I BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	19 ESCUDELLA DE NADAL CROQUETES CASOLANES DE POLLASTRE O POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB GUARNICIÓ POSTRE ESPECIAL DE NADAL
22 FESTIU	23 FESTIU	24 FESTIU	25 FESTIU	26 FESTIU
29 FESTIU	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.



Aquest mes les
fruites de temporada són:
taronja,
mandarina, pera,
poma, plàtan,...



19 de desembre:
Tornem a casa per
nadal

Un cop al mes, unes
postres casolanes



Ús de **sal iodada** per
cuinar

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
1 ARRÒS ECO AMB VERDURETES TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	2 CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	3 SOPA DE PEIX TRUITA A LA FRANCESA AMB GUARNICIÓ FRUITA DEL TEMPS	4 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PIZZA CASOLANA MARGARITA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	5 FESTIU
8 FESTIU	9 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA OUS DURS AURORA (base de tomàquet, beixamel i gratinats) I TOMÀQUET AMANIT IOGURT	10 SOPA VEGETAL AMB PASTA HAMBURGUESA DE PEIX O VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 COLIFLOR AMB PATATA LLUÇ AL FORN AMB Salsa DE POMA FRUITA DEL TEMPS	12 PASTA INTEGRAL AMB VERDURES CUES DE RAP AL FORN AMB ALLADA I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
15 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ "MANDONGUILLES" DE PEIX O PEIX AL FORN AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	16 CIGRONS AMB SAMFAINA OUS REMENATS AMB GAMBETES (OPCIONAL) I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	17 BAJOCA AMB PATATA LLUÇ AL FORN O HAMBURGUESA VEGETAL AMB GUARNICIÓ FRUITA DEL TEMPS	18 PASTA A LA CARBONARA (S/CARN) PEIX AMB SALSETA I BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	19 ESCUDELLA VEGETAL DE NADAL ASSORTIMENT DE FREGITS (S/CARN) AMB TOMÀQUET AMANIT POSTRE ESPECIAL DE NADAL
22 FESTIU	23 FESTIU	24 FESTIU	25 FESTIU	26 FESTIU
29 FESTIU	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.



Aquest mes les **fruites de temporada** són:
taronja, mandarina, pera, poma, plàtan,...



19 de desembre:
Tornem a casa per nadal

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



Ús de **sal iodada** per cuinar

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
1 ARRÒS ECO AMB VERDURETES TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	2 CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	3 SOPA DE PEIX PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA DE CANONGES I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	4 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PIZZA CASOLANA MARGARITA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	5 FESTIU
8 FESTIU	9 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA OUS DURS AURORA (base de tomàquet, beixamel i gratinats) I TOMÀQUET AMANIT IOGURT	10 SOPA DE BROU D'AU O VEGETAL AMB PASTA HAMBURGUESA D'AU O VEDELLA AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 COLIFLOR AMB PATATA POLLASTRE AMB SALS DE POMA FRUITA DEL TEMPS	12 PASTA INTEGRAL AMB VERDURES CUES DE RAP AL FORN AMB ALLADA I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
15 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ GALL DINDI SALTAT AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	16 CIGRONS AMB SAMFAINA OUS REMENATS AMB GAMBETES (OPCIONAL) I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	17 BAJOCA AMB PATATA POLLASTRE ROSTIT AMB PORRO AL FORN FRUITA DEL TEMPS	18 PASTA A LA CARBONARA (S/CARN) PEIX AMB SALSETA I BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	19 ESCUDELLA D'AU O VEGETAL DE NADAL ASSORTIMENT DE FREGITS (S/PORC) AMB TOMÀQUET AMANIT POSTRE ESPECIAL DE NADAL
22 FESTIU	23 FESTIU	24 FESTIU	25 FESTIU	26 FESTIU
29 FESTIU	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.



Aquest mes les
fruites de temporada són:
taronja,
mandarina, pera,
poma, plàtan,...



19 de desembre:
Tornem a casa per
nadal

Un cop al mes, unes
postres casolanes



Ús de **sal iodada** per
cuinar

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

