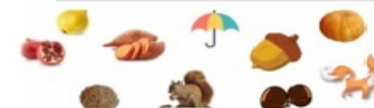


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 PASTA AL PESTO (oli, alfàbrega i formatge) CALAMARS A LA ROMANA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	4 TRINXAT DE COL I PATATA (S/BACÓ) LLOM AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	5 LLENTIES DE L'ÀVIA TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	6 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ PEIX AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES IOGURT	7 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES PERNILETS DE POLLASTRE AL XILINDRÓN I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
10 SOPA DE BROU MANDONGUILLES MIXTES AMB SALSÀ DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	11 BAJOCA AMB PATATA DAUS DE GALL D'INDI ADOBATS AMB BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS ECO 3 DELÍCIES (PERNIL, PÈSOLS I PASTANAGA) RAP AMB SALSÀ DE VERDURES IOGURT	13 CIGRONS AMB SAMFAINA TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	14 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS POLLASTRE A LES FINES HERBES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
17 PASTA INTEGRAL AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE PEIX PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	19 CREMA DE VERDURES LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA FRUITA DEL TEMPS	20 ARRÒS AMB VERDURETES I SALSÀ DE SOIA RODÓ DE GALL D'INDI AMB SALSÀ DE VERDURES I ENCIAM IOGURT	21 FESOLS GUISATS AMB HORTALISSES LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS
24 AMANIDA COMPLETA PAELLA MARINERA AMB GAMBETES FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE L'ÀVIA LLONGANISSA DE PAGÈS AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA DE PATATA I CEBA AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	27 BRÓCOLI AMB PATATA PEIX FRESC AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	28 FESTA CONTE DEL MES: PASTA INTEGRAL A LA CARBONARA NUGGETS DE POLLASTRE AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS I TASTET: MEL I MATÓ
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.				

Supa de lletres de la tardor

C R F I R O N S F C N T R Y
 Q E U E T E V A A J U H O O
 O A E D E P N E U D W W I J
 S N J I I Y C A S T A N Y A
 C A W W C K U E W O H E P G
 C O D O N Y A T M R O H A J
 H M H E Y O N I A L B F D J
 G V H P A C L Y U X Z E T Q
 I S B E U G U I N E U J E E
 E P A R A I G U E S C Z D T
 P I N Y O T V M O N I A T O
 M E S Q U I R O L F Y E A X
 W A G L A K M A G R A N A W
 V S A C A R B A S S A K W V


MEL I MATÓ

Sabies que és típic de Catalunya?
 El mató és un formatge fresc i suau,
 fet ben a prop de casa.
 La mel, dolça i daurada, la fan les
 abelles que viuen als nostres camps.



Junts formen unes
 postres boníssimes,
 naturals i plenes
 d'energia!

Fruita de temporada


Un cop al mes, unes
 postres casolanes



Cada mes **peix fresc**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 PASTA S/GLUTEN S/OU AL PESTO (oli, alfàbrega i formatge) PEIX ARREBOSSAT SENSE GLUTEN S/OU AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	4 TRINXAT DE COL I PATATA (S/BACÓ) LLOM AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	5 LLENTIES SENSE GLUTEN GUISADES TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	6 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ PEIX AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES IOGURT	7 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES PERNILETS DE POLLASTRE AL XILINDRÓN I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
10 SOPA DE BROU AMB PASTA S/GLUTEN S/OU MANDONGUILLES MIXTES S/GLUTEN S/OU O GALL DINDI AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	11 BAJOCA AMB PATATA DAUS ADOBATS (S/CURRI) AMB GUARNICIÓ FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS ECO 3 DELÍCIES (PERNIL, PÈSOLS I PASTANAGA) RAP AMB SALSA DE VERDURES IOGURT	13 CIGRONS AMB SAMFAINA TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	14 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS SENSE GLUTEN O SENSE CROSTONS POLLASTRE A LES FINES HERBES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
17 PASTA S/GLUTEN S/OU AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE PEIX AMB PASTA S/GLUTEN S/OU PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	19 CREMA DE VERDURES LASSANYA S/GLUTEN DE LLENTIES S/GLUTEN FRUITA DEL TEMPS	20 ARRÒS AMB VERDURES I SALSA DE SOIA SENSE GLUTEN O SENSE SALSA RODÓ DE GALL DINDI S/GLUTEN S/LLET O GALL DINDI AMB SALSA DE VERDURES I ENCIAM IOGURT	21 FESOLS GUISATS AMB HORTALISSES LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS
24 AMANIDA COMPLETA PAELLA MARINERA ESPECIAL (s/preparat) FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE BROU AMB PASTA S/GLUTEN S/OU LLONGANISSA DE PAGÈS AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 LLENTIES SENSE GLUTEN ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA DE PATATA I Ceba AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	27 BRÓCOLI AMB PATATA PEIX FRESC AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	28 PASTA S/GLUTEN S/OU A LA CARBONARA POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ S/GLUTEN S/OU AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS I TASTET: MEL I MATÓ

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.

Supa de lletres de la bondat

CR F I R O N S F C N T R Y
Q E U E T E V A A J U H O O
O A E D E P N E U D W W I J
S N J I I Y C A S T A N Y A
C A W W C K U E W O H E P G
C O D O N Y A T M R O H A J
H M H E Y O N I A L B F D J
G V H P A C L Y U X Z E T Q
I S B E U G U I N E U J E E
E P A R A I G U E S C Z D T
P I N Y O T V M O N I A T O
M E S Q U I R O L F Y E A X
W A G L A K M A G R A N A W
V S A C A R B A S S A K W V



MEL I MATÓ

Sabies que és típic de Catalunya?
El mató és un formatge fresc i suau, fet ben a prop de casa.
La mel, dolça i daurada, la fan les abelles que viuen als nostres camps.



Junts formen unes postres boníssimes, naturals i plenes d'energia!

Fruita de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes



Cada mes **peix fresc**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 PASTA AL PESTO (oli i alfàbrega)(S/FORMATGE) PEIX ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	4 TRINXAT DE COL I PATATA (S/BACÓ) LLOM AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	5 LLENTIES DE L'ÀVIA TRUITA A LA FRANCESA O OUS REMENATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	6 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ PEIX AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES IOGURT DE SOIA	7 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES PERNILETS DE POLLASTRE AL XILINDRÓN I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
10 SOPA DE BROU AMB PASTA (S/VEDELLA) MANDONGUILLES D'AU SENSE LLET O GALL DINDI AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	11 BAJOCA AMB PATATA DAUS DE GALL DINDI ADOBATS AMB BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS 3 DELÍCIES (PÈSOLS, PASTANAGA I PERNIL S/LLET O SENSE PERNIL) RAP AMB SALSA DE VERDURES IOGURT DE SOIA	13 CIGRONS AMB SAMFAINA TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	14 CREMA DE CARBASSA (SENSE LLET) POLLASTRE A LES FINES HERBES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
17 PASTA INTEGRAL AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE PEIX PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	19 CREMA DE VERDURES (S/LLET) LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA (S/LLET NI FORMATGE) FRUITA DEL TEMPS	20 ARRÒS AMB VERDURETES I SALSA DE SOIA RODÓ DE GALL DINDI S/ GLUTEN S/LLET O GALL DINDI AMB SALSA DE VERDURES I ENCIAM IOGURT DE SOIA	21 FESOLS GUIATS AMB HORTALISSES LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS
24 AMANIDA COMPLETA PAELLA MARINERA ESPECIAL (s/preparat) FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE BROU AMB PASTA (S/VEDELLA) LLONGANISSA DE PAGÈS AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA DE PATATA I CEBA AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	27 BRÓCOLI AMB PATATA PEIX FRESC AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	28 PASTA AMB TOMÀQUET POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA IOGURT DE SOIA AMB MEL
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.				

Sopa de lletres de la tardor

CR F I R O N S F C N T R Y
Q E U E T E V A A J U H O O
O A E D E P N E U D W W I J
S N J I I Y C A S T A N Y A
C A W W C K U E W O H E P G
C O D O N Y A T M R O H A J
H M H E Y O N I A L B F D J
G V H P A C L Y U X Z E T Q
I S B E U G U I N E U J E E
E P A R A I G U E S C Z D T
P I N Y O T V M O N I A T O
M E S Q U I R O L F Y E A X
W A G L A K M A G R A N A W
V S A C A R B A S S A K W V


MEL I MATÓ

Sabies que és típic de Catalunya?
El mató és un formatge fresc i suau, fet ben a prop de casa.
La mel, dolça i daurada, la fan les abelles que viuen als nostres camps.



Junts formen unes postres boníssimes, naturals i plenes d'energia!

Fruita de temporada


Un cop al mes, unes postres casolanes



Cada mes **peix fresc**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 PASTA S/GLUTEN S/OU AL PESTO (formatge s/ou o sense formatge) PEIX ARREBOSSAT SENSE GLUTEN S/OU AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	4 TRINXAT DE COL I PATATA (S/BACÓ) LLOM AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	5 LLENTIES DE L'ÀVIA "TRUITA VEGANA DE VERDURES I FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	6 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ PEIX AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES IOGURT	7 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES PERNILETS DE POLLASTRE AL XILINDRÓ I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
10 SOPA DE BROU (S/GALLINA) AMB PASTA S/GLUTEN S/OU MANDONGUILLES MIXTES S/GLUTEN S/OU O GALL DINDI AMB SALSAS DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	11 BAJOCA AMB PATATA DAUS DE GALL DINDI ADOBATS AMB BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS ECO 3 DELÍCIES (PERNIL, PÈSOLS I PASTANAGA) RAP AMB SALSAS DE VERDURES IOGURT	13 CIGRONS AMB SAMFAINA "TRUITA VEGANA DE CARBASSÓ I PATATA AMB FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	14 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS POLLASTRE A LES FINES HERBES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
17 PASTA S/GLUTEN S/OU AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) "TRUITA VEGANA DE VERDURES I FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB GUARNICIÓ FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE PEIX AMB PASTA S/GLUTEN S/OU PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	19 CREMA DE VERDURES MUSSACA D'ALBERGÍNIA O PATATA AMB LLENTIES (formatge s/ou o sense formatge) FRUITA DEL TEMPS	20 ARRÒS AMB VERDURETES I SALSAS DE SOIA RODÓ DE GALL DINDI AMB SALSAS DE VERDURES I ENCIAM IOGURT	21 FESOLS GUIATS AMB HORTALISSES LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS
24 AMANIDA COMPLETA (S/OU DUR) PAELLA MARINERA ESPECIAL (s/preparat) FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE BROU (S/GALLINA) AMB PASTA S/GLUTEN S/OU LLONGANISSA DE PAGÈS AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES "TRUITA VEGANA DE PATATA I CEBA AMB FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL" O CARN PLANXA I BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	27 BRÓCOLI AMB PATATA PEIX FRESC AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	28 PASTA S/GLUTEN S/OU A LA CARBONARA POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ S/GLUTEN S/OU AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS I TASTET: MEL I MATÓ
Un cop al mes, unes postres casolanes. Es servirà pa integral. Ús d'oli d'oliva verge 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.				

Supa de lletres de la tardor

C	R	F	I	R	O	N	S	F	C	N	T	R	Y
Q	E	U	E	T	E	V	A	A	J	U	H	O	O
O	A	E	D	E	P	N	E	U	D	W	I	J	
S	N	J	I	I	Y	C	A	S	T	A	N	Y	A
C	A	W	W	C	K	U	E	W	O	H	E	P	G
C	O	D	O	N	Y	A	T	M	R	O	H	A	J
H	M	H	E	Y	O	N	I	A	L	B	F	D	J
G	V	H	P	A	C	L	Y	U	X	Z	E	T	Q
I	S	B	E	U	G	U	I	N	E	U	J	E	
E	P	A	R	A	I	G	U	E	S	C	Z	D	T
P	I	N	Y	O	T	V	M	O	N	I	A	T	O
M	E	S	Q	U	I	R	O	L	F	Y	E	A	X
W	A	G	L	A	K	M	A	G	R	A	N	A	W
V	S	A	C	A	R	B	A	S	S	A	K	W	V


MEL I MATÓ

Sabies que és típic de Catalunya?
El mató és un formatge fresc i suau, fet ben a prop de casa.
La mel, dolça i daurada, la fan les abelles que viuen als nostres camps.



Junts formen unes postres boníssimes, naturals i plenes d'energia!

Fruita de temporada


Un cop al mes, unes postres casolanes



Cada mes **peix fresc**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 PASTA AL PESTO (oli, alfàbrega i formatge) CARN ARREBOSSADA CASOLANA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	4 TRINXAT DE COL I PATATA (S/BACÓ) LLOM AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	5 LLENTIES DE L'ÀVIA TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	6 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ CARN PLANXA AMB AMANIDA IOGURT	7 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES PERNILETS DE POLLASTRE AL XILINDRÓN I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
10 SOPA DE BROU MANDONGUILLES MIXTES AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	11 BAJOCA AMB PATATA DAUS DE GALL DINDI ADOBATS AMB BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS ECO 3 DELÍCIES (PERNIL, PÈSOLS I PASTANAGA) LLOM AMB SALSA DE VERDURES IOGURT	13 CIGRONS AMB SAMFAINA TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	14 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS POLLASTRE A LES FINES HERBES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
17 PASTA INTEGRAL AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA VEGETAL AMB PASTA PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	19 CREMA DE VERDURES LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA FRUITA DEL TEMPS	20 ARRÒS AMB VERDURETES I SALSA DE SOIA RODÓ DE GALL DINDI AMB SALSA DE VERDURES I ENCIAM IOGURT	21 FESOLS GUISATS AMB HORTALISSES OUS DURS AMB OLI I PEBRE VERMELL O OUS REMENATS I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
24 AMANIDA COMPLETA (S/TONYINA) PAELLA DE CARN O VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE L'ÀVIA LLONGANISSA DE PAGÈS AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA DE PATATA I CEBA AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	27 BRÓCOLI AMB PATATA OUS DURS EN SALSA O REMENATS AMB TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	28 FESTA CONTE DEL MES: PASTA INTEGRAL A LA CARBONARA POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS I TASTET: MEL I MATÓ
Un cop al mes, unes postres casolanes. Es servirà pa integral. Ús d'oli d'oliva verge per cuinar, oli d'oliva verge per cuinar, oli d'alt oleïc 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.				

Supa de lletres de la tardor

CR F I R O N S F C N T R Y
Q E U E T E V A A J U H O O
O A E D E P N E U D W W I J
S N J I I Y C A S T A N Y A
C A W W C K U E W O H E P G
C O D O N Y A T M R O H A J
H M H E Y O N I A L B F D J
G V H P A C L Y U X Z E T Q
I S B E U G U I N E U J E E
E P A R A I G U E S C Z D T
P I N Y O T V M O N I A T O
M E S Q U I R O L F Y E A X
W A G L A K M A G R A N A W
V S A C A R B A S S A K W V


MEL I MATÓ

Sabies que és típic de Catalunya?
El mató és un formatge fresc i suau, fet ben a prop de casa.
La mel, dolça i daurada, la fan les abelles que viuen als nostres camps.



Junts formen unes postres boníssimes, naturals i plenes d'energia!

Fruita de temporada


Un cop al mes, unes postres casolanes



Cada mes **peix fresc**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 PASTA AL PESTO (oli, alfàbrega i formatge) CALAMARS A LA ROMANA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	4 TRINXAT DE COL I PATATA (S/BACÓ) PEIX AL FORN O HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	5 LLENTIES GUISADES (SENSE CARN) TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	6 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ PEIX AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES IOGURT	7 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES OUS DURS O LLEGUM AL XILINDRÓN FRUITA DEL TEMPS
10 SOPA VEGETAL AMB PASTA "MANDONGUILLES" DE PEIX O PEIX AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	11 BAJOCA AMB PATATA TRUITA A LA FRANCESA AMB BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS 2 DELÍCIES (PÈSOLS I PASTANAGA)(S/PERNIL) RAP AMB SALSA DE VERDURES IOGURT	13 CIGRONS AMB SAMFAINA TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	14 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS LLUÇ AL FORN A LES FINES HERBES AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
17 PASTA INTEGRAL AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE PEIX PEIX AL FORN AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	19 CREMA DE VERDURES LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA FRUITA DEL TEMPS	20 ARRÒS AMB VERDURETES I SALSA DE SOIA OUS DURS EN SALSA O REMENATS AMB TOMÀQUET IOGURT	21 FESOLS GUISATS AMB HORTALISSES LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS
24 AMANIDA COMPLETA PAELLA MARINERA AMB GAMBETES FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA VEGETAL AMB PASTA HAMBURGUESA DE PEIX O VEGETAL AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA DE PATATA I CEBA AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	27 BRÓCOLI AMB PATATA PEIX FRESC AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	28 PASTA A LA CARBONARA (S/CARN) DELÍCIES DE PEIX AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS I TASTET: MEL I MATÓ
Un cop al mes, unes postres casolanes. Es servirà pa integral. Ús d'oli d'oliva verge 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.				

Supa de lletres de la tardor

CR F I R O N S F C N T R Y
 Q E U E T E V A A J U H O O
 O A E D E P N E U D W W I J
 S N J I I Y C A S T A N Y A
 C A W W C K U E W O H E P G
 C O D O N Y A T M R O H A J
 H M H E Y O N I A L B F D J
 G V H P A C L Y U X Z E T Q
 I S B E U G U I N E U J E E
 E P A R A I G U E S C Z D T
 P I N Y O T V M O N I A T O
 M E S Q U I R O L F Y E A X
 W A G L A K M A G R A N A W
 V S A C A R B A S S A K W V



MEL I MATÓ

Sabies que és típic de Catalunya?
 El mató és un formatge fresc i suau, fet ben a prop de casa.
 La mel, dolça i daurada, la fan les abelles que viuen als nostres camps.



Junts formen unes postres boníssimes, naturals i plenes d'energia!

Fruita de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes



Cada mes **peix fresc**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 PASTA AL PESTO (oli, alfàbrega i formatge) CALAMARS A LA ROMANA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	4 TRINXAT DE COL I PATATA (S/BACÓ) PEIX AL FORN O HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	5 LLENTIES GUISADES (SENSE CARN) TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	6 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ PEIX AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES IOGURT	7 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES PERNILETS DE POLLASTRE AL XILINDRÓN I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
10 SOPA DE BROU D'AU O VEGETAL AMB PASTA MANDONGUILLES D'AU O DE PEIX AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	11 BAJOCA AMB PATATA DAUS DE GALL D'INDI ADOBATS AMB BASTONETS DE COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS 2 DELÍCIES (PÈSOLS I PASTANAGA)(S/PERNIL) RAP AMB SALSA DE VERDURES IOGURT	13 CIGRONS AMB SAMFAINA TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	14 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS POLLASTRE A LES FINES HERBES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
17 PASTA INTEGRAL AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	18 SOPA DE PEIX PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	19 CREMA DE VERDURES LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA FRUITA DEL TEMPS	20 ARRÒS AMB VERDURETES I SALSA DE SOIA RODÓ DE GALL D'INDI AMB SALSA DE VERDURES I ENCIAM IOGURT	21 FESOLS GUISATS AMB HORTALISSES LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS
24 AMANIDA COMPLETA PAELLA MARINERA AMB GAMBETES FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE BROU D'AU O VEGETAL AMB PASTA LLONGANISSA D'AU O POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA DE PATATA I Ceba AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	27 BRÓCOLI AMB PATATA PEIX FRESC AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	28 PASTA A LA CARBONARA (S/CARN) NUGGETS DE POLLASTRE AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS I TASTET: MEL I MATÓ
Un cop al mes, unes postres casolanes. Es servirà pa integral. Ús d'oli d'oliva verge per cuinar, oli d'oliva verge per cuinar, oli d'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.				

Sopa de lletres de la tardor

C R F I R O N S F C N T R Y
 Q E U E T E V A A J U H O O
 O A E D E P N E U D W W I J
 S N J I I Y C A S T A N Y A
 C A W W C K U E W O H E P G
 C O D O N Y A T M R O H A J
 H M H E Y O N I A L B F D J
 G V H P A C L Y U X Z E T Q
 I S B E U G U I N E U J E E
 E P A R A I G U E S C Z D T
 P I N Y O T V M O N I A T O
 M E S Q U I R O L F Y E A X
 W A G L A K M A G R A N A W
 V S A C A R B A S S A K W V


MEL I MATÓ

Sabies que és típic de Catalunya?
 El mató és un formatge fresc i suau,
 fet ben a prop de casa.
 La mel, dolça i daurada, la fan les
 abelles que viuen als nostres camps.



Junts formen unes
 postres boníssimes,
 naturals i plenes
 d'energia!

Fruita de temporada


Un cop al mes, unes
 postres casolanes



Cada mes **peix fresc**

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat

