

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 LLENTIES GUISADES "HAMBURGUESA" VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	3 ESPAGUETIS AL PESTO DE BRÒCOLI I FORMATGE LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ESCÀROLA, PASTANAGA I RAVE FRUITA DEL TEMPS	4 SOPA DE PEIX OUS DURS AURORA (base de tomàquet, beixamel i gratinats) FRUITA DEL TEMPS	5 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS IOGURT	6 BLEDA AMB PATATA LLOM AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS
9 AMANIDA COMPLETA PAELLA MARINERA AMB GAMBETES FRUITA DEL TEMPS	10 MINESTRA DE VERDURES I PÈSOLS PINXOS DE POLLASTRE ADOBATS CASOLANS AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 FESOLS GUISATS AMB HORTALISSES CUES DE RAP AL FORN AMB ALLADA I AMANIDA D'ESCÀROLA I TARONJA FRUITA DEL TEMPS	12 DIJOUS GRAS: PASTA AMB Salsa DE BOLETS TRUITA FRANCESA AMB TASTET DE BOTIFARRA D'OU I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	13 MENÚ CARNAVAL: SOPA AMB PICADILLO D'OU I PERNIL ESCALOPA CASOLANA AMB AMANIDA POSTRA CASOLÀ: IOGURT A GRANEL AMB PLATAN
16 FESTIU	17 FESTIU	18 PASTA INTEGRAL A LA SICILIANA LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	19 CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES TRUITA DE CALÇOTS I PORRO AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	20 TRINXAT DE COL I PATATA CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB CANONGES, BLAT DE MORO I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
23 PASTA INTEGRAL AMB SOFREGIT DE VERDURES TRUITA DE PATATA I Ceba AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	24 PÈSOLS SALTATS AMB PERNIL O CREMA DE PÈSOLS I VERDURES POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	25 BAJOCA AMB PATATA LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA FRUITA DEL TEMPS	26 ARRÒS ECO AMB BOLETS SUQUET DE PEIX FRESC FRUITA DEL TEMPS	27 SOPA DE BROU GALL DINDI AMB SALSETA I AMANIDA IOGURT

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.



*Carnestoltes,
gresea i xerino!*

Fruites de temporada



Un cop al mes, unes
postres casolanes

Varietat de peix fresc



Ús de sal iodada

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
2 LLENTIES SENSE GLUTEN GUISADES HAMBURGUESA VEGETAL S/ GLUTEN S/ LLET S/ OU O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	3 PASTA S/ GLUTEN S/ OU AL PESTO AMB BRÒCOLI I FORMATGE LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D' ESCAROLA, PASTANAGA I RAVE FRUITA DEL TEMPS	4 SOPA DE PEIX AMB PASTA S/ GLUTEN S/ OU OUS DURS AMB BEIXAMEL S/ GLUTEN O SENSE BEIXAMEL GRATINATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	5 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS IOGURT	6 BLEDA AMB PATATA LLOM AL FORN AMB AMANIDA D' ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS
9 AMANIDA COMPLETA PAELLA MARINERA ESPECIAL (s/ preparat) FRUITA DEL TEMPS	10 MINESTRA DE VERDURES I PÈSOLS DAUS ADOBATS (S/ CURRI) AMB GUARNICIÓ FRUITA DEL TEMPS	11 FESOLS GUISATS AMB HORTALISSES CUES DE RAP AL FORN AMB ALLADA I AMANIDA D' ESCAROLA I TARONJA FRUITA DEL TEMPS	12 PASTA S/ GLUTEN S/ OU AMB SALS DE BOLETS TRUITA FRANCESA AMB TASTET DE BOTIFARRA D' OU I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	13 SOPA SENSE GLUTEN AMB PICADILLO D' OU I PERNIL ESCALOPA CASOLANA S/ GLUTEN S/ OU AMB AMANIDA POSTRA CASOLÀ: IOGURT A GRANEL AMB PLATAN
16 FESTIU	17 FESTIU	18 PASTA S/ GLUTEN S/ OU A LA SICILIANA LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D' ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	19 CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES TRUITA DE CALÇOTS I PORRO AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	20 TRINXAT DE COL I PATATA POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA DE CANONGES S/ AL·LÈRGENS O ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
23 PASTA S/ GLUTEN S/ OU AMB SOFREGIT DE VERDURES TRUITA DE PATATA I Ceba AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	24 PÈSOLS SALTATS AMB PERNIL O CREMA DE PÈSOLS I VERDURES POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	25 BAJOCA AMB PATATA LASSANYA S/ GLUTEN DE LLENTIES S/ GLUTEN FRUITA DEL TEMPS	26 ARRÒS ECO AMB BOLETS SUQUET DE PEIX (sense preparat) FRUITA DEL TEMPS	27 SOPA DE BROU AMB PASTA S/ GLUTEN S/ OU GALL DINDI AMB SALSETA I AMANIDA IOGURT

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.



*Carnestoltes,
gresea i xerinxola!*

Fruites de temporada



Un cop al mes, unes
postres casolanes

Varietat de peix fresc



Ús de sal iodada

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
2 LLENTIES GUISADES HAMBURGUESA VEGETAL S/ GLUTEN S/ LLET S/ OU O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	3 PASTA AL PESTO DE BRÒCOLI (S/FORMATGE) LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ESCÀROLA, PASTANAGA I RAVE FRUITA DEL TEMPS	4 SOPA DE PEIX OUS DURS AMB TOMÀQUET I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	5 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS IOGURT DE SOIA	6 BLEDA AMB PATATA LLOM AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS
9 AMANIDA COMPLETA PAELLA MARINERA ESPECIAL (s/preparat) FRUITA DEL TEMPS	10 MINESTRA DE VERDURES I PÈSOLS PINXOS DE POLLASTRE ADOBATS CASOLANS AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 FESOLS GUISATS AMB HORTALISSES CUES DE RAP AL FORN AMB ALLADA I AMANIDA D'ESCÀROLA I TARONJA FRUITA DEL TEMPS	12 PASTA AMB Salsa DE BOLETS (S/ LLET) TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	13 SOPA AMB PICADILLO D'OU I PERNILL SENSE LLET O SENSE PERNILL ESCALOPA CASOLANA AMB AMANIDA IOGURT DE SOIA AMB FRUITA NATURAL
16 FESTIU	17 FESTIU	18 PASTA INTEGRAL A LA SICILIANA LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	19 CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES TRUITA DE CALÇOTS I PORRO AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	20 TRINXAT DE COL I PATATA (BACÓ SENSE LLET O SENSE BACÓ) POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA DE CANONGES S/ AL·LÈRGENS O ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
23 PASTA INTEGRAL AMB SOFREGIT DE VERDURES TRUITA DE PATATA I Ceba AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	24 PÈSOLS SALTATS AMB PERNILL S/ LLET O SENSE O CREMA DE PÈSOLS (S/ LLET) POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	25 BAJOCA AMB PATATA LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA (S/ LLET NI FORMATGE) FRUITA DEL TEMPS	26 ARRÒS ECO AMB BOLETS SUQUET DE PEIX (sense preparat) FRUITA DEL TEMPS	27 SOPA DE BROU AMB PASTA (S/ VEDELLA) GALL DINDI AMB SALSETA I AMANIDA IOGURT DE SOIA

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.



*Carnestoltes,
gresea i xerinxola!*

Fruites de temporada



Un cop al mes, unes
postres casolanes

Varietat de peix fresc



Ús de sal iodada

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
2 LLENTIES GUISADES HAMBURGUESA VEGETAL S/ GLUTEN S/ LLET S/ OU O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	3 PASTA S/ GLUTEN S/ OU AL PESTO DE BRÒCOLI I FORMATGE S/ OU O SENSE FORMATGE LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D' ESCAROLA, PASTANAGA I RAVE FRUITA DEL TEMPS	4 SOPA DE PEIX AMB PASTA S/ GLUTEN S/ OU PEIX AMB BASE DE TOMÀQUET, BEIXAMEL I GRATINAT FRUITA DEL TEMPS	5 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS IOGURT	6 BLEDA AMB PATATA LLOM AL FORN AMB AMANIDA D' ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS
9 AMANIDA COMPLETA (S/ OU DUR) PAELLA MARINERA ESPECIAL (s/ preparat) FRUITA DEL TEMPS	10 MINESTRA DE VERDURES I PÈSOLS PINXOS DE POLLASTRE ADOBATS CASOLANS AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 FESOLS GUISATS AMB HORTALISSES CUES DE RAP AL FORN AMB ALLADA I AMANIDA D' ESCAROLA I TARONJA FRUITA DEL TEMPS	12 PASTA S/ GLUTEN S/ OU AMB SALS DE BOLETS "TRUITA VEGANA DE VERDURES I FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL" O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	13 SOPA AMB PICADILLO DE PERNIL I PASTA S/ GLUTEN S/ OU ESCALOPA CASOLANA S/ GLUTEN S/ OU AMB AMANIDA POSTRA CASOLÀ: IOGURT A GRANEL AMB PLATAN
16 FESTIU	17 FESTIU	18 PASTA S/ GLUTEN S/ OU A LA SICILIANA LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D' ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	19 CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES "TRUITA" VEGANA DE CALÇOTS/ PORRO I FARINA DE CIGRÓ O CARN PLANXA AMB GUARNICIÓ FRUITA DEL TEMPS	20 TRINXAT DE COL I PATATA POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA DE CANONGES S/ AL·LÈRGENS O ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
23 PASTA S/ GLUTEN S/ OU AMB SOFREGIT DE VERDURES "TRUITA VEGANA DE PATATA I Ceba AMB FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL" O CARN PLANXA I BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	24 PÈSOLS SALTATS AMB PERNIL O CREMA DE PÈSOLS I VERDURES POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	25 BAJOCA AMB PATATA MUSSACA D' ALBERGÍNIA O PATATA AMB LLENTIES (formatge s/ ou o sense formatge) FRUITA DEL TEMPS	26 ARRÒS ECO AMB BOLETS SUQUET DE PEIX (sense preparat) FRUITA DEL TEMPS	27 SOPA DE BROU (S/ GALLINA) AMB PASTA S/ GLUTEN S/ OU GALL DINDI AMB SALSETA I AMANIDA IOGURT
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.				



*Carnestoltes,
gresea i xerinxola!*

Fruites de temporada



Un cop al mes, unes
postres casolanes

Varietat de peix fresc



Ús de sal iodada

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.menjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 LLENTIES GUISADES "HAMBURGUESA" VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	3 ESPAGUETIS AL PESTO DE BRÒCOLI I FORMATGE CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	4 SOPA VEGETAL AMB PASTA OUS DURS AURORA (base de tomàquet, beixamel i gratinats) FRUITA DEL TEMPS	5 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS IOGURT	6 BLEDA AMB PATATA LLOM AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS
9 AMANIDA COMPLETA (S/TONYINA) PAELLA DE CARN O VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	10 MINESTRA DE VERDURES I PÈSOLS PINXOS DE POLLASTRE ADOBATS CASOLANS AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 FESOLS GUISATS AMB HORTALISSES OUS DURS O REMENATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 DIJOUS GRAS: PASTA AMB Salsa DE BOLETS TRUITA FRANCESA AMB TASTET DE BOTIFARRA D'OU I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	13 MENÚ CARNAVAL: SOPA AMB PICADILLO D'OU I PERNIL ESCALOPA CASOLANA AMB AMANIDA POSTRA CASOLÀ: IOGURT A GRANEL AMB PLATAN
16 FESTIU	17 FESTIU	18 PASTA INTEGRAL A LA SICILIANA LLOM AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	19 CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES TRUITA DE CALÇOTS I PORRO AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	20 TRINXAT DE COL I PATATA POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA DE CANONGES S/AL·LÈRGENS O ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
23 PASTA INTEGRAL AMB SOFREGIT DE VERDURES TRUITA DE PATATA I Ceba AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	24 PÈSOLS SALTATS AMB PERNIL O CREMA DE PÈSOLS I VERDURES POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	25 BAJOCA AMB PATATA LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA FRUITA DEL TEMPS	26 ARRÒS ECO AMB BOLETS OUS DURS EN Salsa O REMENATS AMB TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	27 SOPA DE BROU GALL DINDI AMB SALSETA I AMANIDA IOGURT

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 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·lèrgies de cada plat. Disposem de menús adaptats per al·lèrgies i intoleràncies alimentàries.



*Carnestoltes,
gresea i xerinxola!*

Fruites de temporada



Un cop al mes, unes
postres casolanes

Varietat de **peix fresc**



Ús de **sal iodada**

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



Cada dia s'ofereix
pa integral

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 LLENTIES GUISADES (SENSE CARN) "HAMBURGUESA" VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	3 ESPAGUETIS AL PESTO DE BROCOLI I FORMATGE LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ESCÀROLA, PASTANAGA I RAVE FRUITA DEL TEMPS	4 SOPA DE PEIX OUS DURS AURORA (base de tomàquet, beixamel i gratinats) FRUITA DEL TEMPS	5 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB XAMPINYONS IOGURT	6 BLEDA AMB PATATA PEIX AL FORN O HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
9 AMANIDA COMPLETA PAELLA MARINERA AMB GAMBETES FRUITA DEL TEMPS	10 MINESTRA DE VERDURES I PÈSOLS PINXOS DE POLLASTRE ADOBATS CASOLANS AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 FESOLS GUISATS AMB HORTALISSES CUES DE RAP AL FORN AMB ALLADA I AMANIDA D'ESCÀROLA I TARONJA FRUITA DEL TEMPS	12 DIJOUS GRAS: PASTA AMB Salsa DE BOLETS TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	13 SOPA VEGETAL AMB PICADILLO D'OU DUR ESCALOPA DE POLLASTRE CASOLANA O PEIX ARREBOSSAT AMB AMANIDA POSTRA CASOLÀ: IOGURT A GRANEL AMB PLÀTAN
16 FESTIU	17 FESTIU	18 PASTA INTEGRAL A LA SICILIANA LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	19 CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES TRUITA DE CALÇOTS I PORRO AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	20 TRINXAT DE COL I PATATA (S/BACÓ) CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB CANONGES, BLAT DE MORO I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
23 PASTA INTEGRAL AMB SOFREGIT DE VERDURES TRUITA DE PATATA I Ceba AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	24 PÈSOLS SALTATS (S/CARN) O CREMA DE PÈSOLS I VERDURES POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	25 BAJOCA AMB PATATA LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA FRUITA DEL TEMPS	26 ARRÒS ECO AMB BOLETS SUQUET DE PEIX FRESC FRUITA DEL TEMPS	27 SOPA DE BROU D'AU O VEGETAL AMB PASTA GALL DINDI AMB SALSETA I AMANIDA IOGURT

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.



*Carnestoltes,
gresea i xerino!*

Fruites de temporada



Un cop al mes, unes
postres casolanes

Varietat de **peix fresc**



Ús de **sal iodada**

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
2 LLENTIES GUISADES (SENSE CARN) "HAMBURGUESA" VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	3 ESPAGUETIS AL PESTO DE BRÒCOLI I FORMATGE LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ESCÀROLA, PASTANAGA I RAVE FRUITA DEL TEMPS	4 SOPA DE PEIX OUS DURS AURORA (base de tomàquet, beixamel i gratinats) FRUITA DEL TEMPS	5 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ PEIX AL FORN AMB XAMPINYONS IOGURT	6 BLEDA AMB PATATA PEIX AL FORN O HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
9 AMANIDA COMPLETA PAELLA MARINERA AMB GAMBETES FRUITA DEL TEMPS	10 MINESTRA DE VERDURES I PÈSOLS OUS DURS AMB OLI I PEBRE VERMELL O OUS REMENATS I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 FESOLS GUISATS AMB HORTALISSES CUES DE RAP AL FORN AMB ALLADA I AMANIDA D'ESCÀROLA I TARONJA FRUITA DEL TEMPS	12 DIJOUS GRAS: PASTA AMB Salsa DE BOLETS TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	13 SOPA VEGETAL AMB PICADILLO D'OU DUR PEIX ARREBOSSAT O FALAFEL DE CIGRÓ AMB AMANIDA POSTRA CASOLÀ: IOGURT A GRANEL AMB PLATAN
16 FESTIU	17 FESTIU	18 PASTA INTEGRAL A LA SICILIANA LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	19 CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES TRUITA DE CALÇOTS I PORRO AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	20 TRINXAT DE COL I PATATA (S/BACÓ) LLUÇ AL FORN O HAMBURGUESA VEGETAL AMB GUARNICIÓ FRUITA DEL TEMPS
23 PASTA INTEGRAL AMB SOFREGIT DE VERDURES TRUITA DE PATATA I Ceba AMB BASTONETS DE PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	24 PÈSOLS SALTATS (S/CARN) O CREMA DE PÈSOLS I VERDURES LLUÇ AL FORN A LA FARIGOLA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	25 BAJOCA AMB PATATA LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA FRUITA DEL TEMPS	26 ARRÒS ECO AMB BOLETS SUQUET DE PEIX FRESC FRUITA DEL TEMPS	27 SOPA VEGETAL AMB PASTA OUS DURS O LLEGUM EN SALSETA IOGURT

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.



*Carnestoltes,
gresea i xerinxola!*

Fruites de temporada



Un cop al mes, unes
postres casolanes

Varietat de peix fresc



Ús de sal iodada

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

