

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA FIDEUÀ VEGETAL AMB PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS	3 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES BOTIFARRA DE PAGÈS AL FORN/ PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BROT DE SOIA FRUITA DEL TEMPS	4 COLIFLOR AMB PATATA A LA GALLEGA (oli, all i pebre vermell) RAP AL FORN AMB SALSA DE VERDURES FRUITA DEL TEMPS	5 MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB HORTALISSES OUS REMENATS AMB ALLS TENDRES I AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT	6 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ POLLASTRE AMB CANYELLA I LLIMONA AL FORN AMB COL LLOMBARDA I POMA FRUITA DEL TEMPS
9 PASTA ECO A LA CARBONARA TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	10 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES GRATINADES GALL DINDI GUISAT AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	11 OLLA BARREJADA AMB CIGRONS, COL I PASTANAGA FOGONER AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS ECO A LA CASSOLA AMB HORTALISSES POLLASTRE AL FORN AMB SALSA DE POMA IOGURT AMB MEL	13 CREMA DE LLEGUMS PIZZA CASOLANA DE XAMPINYONS I FORMATGE AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
16 LLENTIES ECO ESTOFADES AMB CARBASSA OUS DURS AMB TOMÀQUET I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	17 BLEDA AMB PATATA SALTADA AMB ALLET PAELLA DEL CUINER/A FRUITA DEL TEMPS	18 PASTA ECO A LA NAPOLITANA ALES DE POLLASTRE ADOBADES CASOLANES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	19 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) PEIX FRESC A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	20 TASTET DE PÈSOLS DE LLAVANERES I SOPA DE BROU HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN/ PLANXA AMB Ceba CARAMEL·LITZADA I AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT
23 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS AVUI TRIEN ELS NENS: RAVIOLIS DE FORMATGE AMB SALSA A ESCOLLIR FRUITA DEL TEMPS	24 CIGRONS ECO ESTOFATS AMB ESPINACS TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE LLETRES CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	26 BRÓCOLI AMB PATATA LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	27 ARRÒS ECO AMB VERDURETES ESTOFAT DE CARN AMB XAMPINYONS "TORRIJA" CASOLANA
30 <b>FESTIU</b>	31 <b>FESTIU</b>			

Un cop al mes, unes postres casolanes. Es servirà pa integral. Us d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir. Us 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.

Segueix els números i aconseguiràs descobrir el dibuix amagat



Fruites de temporada



Un cop al mes, unes postres casolanes

Variatat de peix fresc (maira, gallineta, seitó, canana,...)



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

