

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 CREMA DE PASTANAGA I XIRIVÍA FIDEUÀ VEGETAL AMB PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS	3 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES "HAMBURGUESA" VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	4 COLIFLOR AMB PATATA A LA GALLEGA (oli, all i pebre vermell) TOFU O LLEGUM AMB SALSA I ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	5 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES OUS REMENATS AMB ALLS TENDRES I AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT	6 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ FALAFEL DE CIGRÓ SENSE AL·LÈRGENS O CASOLANS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
9 PASTA A LA CARBONARA (S/CARN) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	10 LLESQUES DE VERDURES AMB PATATES GRATINADES LLEGUM EN SALSETA FRUITA DEL TEMPS	11 OLLA BARREJADA AMB CIGRONS, COL I PASTANAGA (SENSE CARN) OUS DURS O REMENATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	12 ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALISSES FALAFEL DE CIGRÓ SENSE AL·LÈRGENS O CASOLANS AMB SALSETA IOGURT DE PROXIMITAT	13 CREMA DE LLEGUMS PIZZA CASOLANA DE XAMPINYONS I FORMATGE AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
16 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	17 BLEDA AMB PATATA SALTADA AMB ALLET ARRÒS VEGETAL AMB PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS	18 ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga) LLEGUM O TOFU AMB ALL I PEBRE VERMELL I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	19 TRICOLOR DE VERDURES (mongeta verda, pastanaga i patata) TRUITA A LA FRANCESA O OUS REMENATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	20 SOPA VEGETAL AMB PASTA "HAMBURGUESA" VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA IOGURT DE PROXIMITAT
23 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES AMB CROSTONS CASOLANS AVUI TRIEN ELS NENS: RAVIOLIS DE FORMATGE AMB SALSA A ESCOLLIR (S/CARN) FRUITA DEL TEMPS	24 CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA VEGETAL AMB PASTA "HAMBURGUESA" VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	26 BRÓCOLI AMB PATATA OUS DURS AMB OLI I PEBRE VERMELL O OUS REMENATS I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	27 ARRÒS AMB VERDURETES TOFU O LLEGUM AMB XAMPINYONS "TORRIJA" CASOLANA
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.

Segueix els números i aconseguiràs descobrir el dibuix amagat



Fruites de temporada



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

Varietat 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.comacasa.menjadors.cat

