

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 <b>FESTIU</b>	2 <b>FESTIU</b>	3 <b>FESTIU</b>
6 <b>FESTIU</b>	7 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ CROQUETES DE BACALLÀ (S/CARN) O PEIX ARREBOSSAT AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	8 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA (1) LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ESCÀROLA, PASTANAGA I RAVE (4,13) FRUITA DEL TEMPS	9 SOPA VEGETAL AMB PASTA TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE (3) FRUITA DEL TEMPS	10 COLIFLOR AMB PATATA (11) PEIX AL XILINDRÓN FRUITA DEL TEMPS
13 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS FETS AL FORN (1,6,9,11) OUS REMENATS AMB GAMBETES (OPCIONAL) I AMANIDA (3,2) FRUITA DEL TEMPS	14 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA (1,3,6,7,9) FRUITA DEL TEMPS	15 SOPA MINISTRONE VEGETAL "MANDONGUILLES" DE PEIX O PEIX AMB SALS DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	16 CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES SALMÓ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (4,5,8) MATÓ DE PROXIMITAT (7)	17 ARRÒS 2 DELÍCIES (PÈSOLS I PASTANAGA)(S/PERNIL) TRUITA A LA FRANCESA O OUS REMENATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
20 CREMA DE PÈSOLS I PASTANAGA (11) FIDEUÀ AMB CARXOFES (1,3,6,9) FRUITA DEL TEMPS	21 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA DE PATATA I CEBA AMB BASTONETS DE PASTANAGA (3,11) FRUITA DEL TEMPS	22 ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALISSES BACALLÀ AL FORN AMB SUAU MUSSOLINA D'ALLIOLI DE LLET (4,7,13) FRUITA DEL TEMPS	23 SOPA VEGETAL AMB PASTA LLIBRETS D'ALBERGÍNIA CASOLANS S/GLUTEN S/OU FARCITS DE FORMATGE AMB AMANIDA DE LLEGUM PASTÍS DE SANT JORDI (1,3,5,6,7,8,9,11)	24 BRÓCOLI AMB PATATA (11) LLUÇ AL FORN A LES FINES HÈRBES AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
27 MACARRONS A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga)(1,3,6,9) TRUITA D'ESPÀRRECS I PATATA AMB AMANIDA (3,11) FRUITA DEL TEMPS	28 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES (1) PEIX O HAMBURGUESA VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	29 MINESTRA DE VERDURES I PÈSOLS (11) "MANDONGUILLES" DE PEIX O PEIX AMB SALS DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	30 TASTET: MUSCLO DEL DELTA DE L'EBRE I ARRÒS AL CURRI AMB VERDURES (1,9,13) SUQUET DE PEIX FRESC AMB HORTALISSES (2,4,11,13) POSTRA CASOLÀ: MACEDÒNIA DE FRUITA NATURAL	

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.



**Fruites de temporada**



**Un cop al mes, postres casolanes**

Variatet 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

