

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|--|---|--|
| | | 1 FESTIU | 2 FESTIU | 3 FESTIU |
| 6 FESTIU | 7 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ S/GLUTEN S/OU 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 DE BROU AMB PASTA S/GLUTEN S/OU "TRUITA VEGANA DE VERDURES I FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB GUARNICIÓ FRUITA DEL TEMPS | 10 COLIFLOR AMB PATATA (11) POLLASTRE AL FORN AMB XILINDRÓN (tomàquet, ceba i pebrot) FRUITA DEL TEMPS |
| 13 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS FETS AL FORN (1,6,9,11) "TRUITA" VEGANA DE GAMBETES I FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS | 14 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) MUSSACA D'ALBERGÍNIA O PATATA AMB LLENTIES (formatge s/ou o sense formatge) FRUITA DEL TEMPS | 15 SOPA MINISTRONE AMB PASTA S/GLUTEN S/OU GALL DINDI GUISAT AMB SALSETA I VERDURES 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 3 DELÍCIES CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS |
| 20 CREMA DE PÈSOLS I PASTANAGA (11) FIDEUÀ S/GLUTEN S/OU VEGETAL FRUITA DEL TEMPS | 21 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES "TRUITA VEGANA DE PATATA I CEBA AMB FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL" O CARN PLANXA I BASTONETS DE PASTANAGA 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 DE BROU AMB PASTA S/GLUTEN S/OU LLIBRETS CASOLANS S/GLUTEN S/OU FARCITS DE PERNIL I FORMATGE PA DE PESSIC CASOLÀ S/GLUTEN S/OU S/LLET | 24 BRÓCOLI AMB PATATA (11) POLLASTRE A LES FINES HERBES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS |
| 27 PASTA S/GLUTEN S/OU A LA NAPOLITANA (formatge s/ou o sense formatge) "TRUITA VEGANA D'ESPÀRRECS I PATATA AMB FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL" O GALL DINDI PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS | 28 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES (1) PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS | 29 MINISTRA DE VERDURES I PÈSOLS (11) MANDONGUILLES MIXTES S/GLUTEN S/OU O GALL DINDI AMB SALSA 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 (sense preparat) 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.



Feliç diada de Sant Jordi



Fruites de temporada



Un cop al mes, **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.comacasamenjadors.cat

