

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1	2	3
		<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>
6	7	8	9	10
<b>FESTIU</b>	ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ <b>POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ S/GLUTEN S/OU AMB AMANIDA</b> 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 <b>SOPA VEGETAL AMB PASTA S/GLUTEN S/OU</b> <b>"TRUITA VEGANA DE VERDURES I FARINA DE CIGRÓ" O CARN PLANXA AMB GUARNICIÓ</b> FRUITA DEL TEMPS	10 COLIFLOR AMB PATATA (11) POLLASTRE AL FORN AMB XILINDRÓN (tomàquet, ceba i pebrot) FRUITA DEL TEMPS
13	14	15	16	17
CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS FETS AL FORN (1,6,9,11) <b>"TRUITA" VEGANA DE GAMBETES I FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL O CARN PLANXA AMB AMANIDA</b> FRUITA DEL TEMPS	14 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) <b>MUSSACA D'ALBERGÍNIA O PATATA AMB LLENTIES (formatge s/ou o sense formatge)</b> FRUITA DEL TEMPS	15 <b>SOPA MINISTRONE AMB PASTA S/GLUTEN S/OU</b> 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 <b>ARRÒS 2 DELÍCIES (PÈSOLS I PASTANAGA)(S/PERNIL)</b> CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS
20	21	22	23	24
CREMA DE PÈSOLS I PASTANAGA (11) <b>FIDEUÀ S/GLUTEN S/OU VEGETAL</b> FRUITA DEL TEMPS	21 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES <b>"TRUITA VEGANA DE PATATA I CEBA AMB FARINA DE CIGRÓ" O PEIX PLANXA AMB AMANIDA</b> 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 <b>SOPA VEGETAL AMB PASTA S/GLUTEN S/OU</b> <b>LLIBRETS DE POLLASTRE S/OU FARCITS DE FORMATGE AMB AMANIDA</b> <b>PA DE PESSIC CASOLÀ S/GLUTEN S/OU S/LLET</b>	24 BRÓCOLI AMB PATATA (11) POLLASTRE A LES FINES HERBES AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
27	28	29	30	
<b>PASTA S/GLUTEN S/OU A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga)</b> <b>"TRUITA VEGANA D'ESPÀRRECS I PATATA AMB FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL" O GALL DINDI PLANXA AMB AMANIDA</b> 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) <b>MANDONGUILLES D'AU O GALL DINDI AMB Salsa de TOMÀQUET</b> 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.				



Amb aquests números permet identificar els al·lèrgens de cada plat.


*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

