

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 <b>POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ S/GLUTEN S/OU AMB AMANIDA</b> FRUITA DEL TEMPS	8 <b>LLENTIES S/GLUTEN ESTOFADES AMB CARBASSA</b> LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ESCÀROLA, PASTANAGA I RAVE (4,13) FRUITA DEL TEMPS	9 <b>SOPA DE BROU AMB PASTA S/GLUTEN S/OU</b> TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE (3) FRUITA DEL TEMPS	10 COLIFLOR AMB PATATA (11) POLLASTRE AL FORN AMB XILINDRÓN (tomàquet, ceba i pebrot) FRUITA DEL TEMPS
13 <b>CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS SENSE GLUTEN O SENSE CROSTONS</b> OUS REMENATS AMB GAMBETES (OPCIONAL) I AMANIDA (3,2) FRUITA DEL TEMPS	14 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) <b>LASSANYA S/GLUTEN DE LLENTIES S/GLUTEN</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 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) <b>FIDEUÀ S/GLUTEN S/OU VEGETAL</b> 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 <b>SOPA DE BROU AMB PASTA S/GLUTEN S/OU</b> <b>LLIBRETS CASOLANS S/GLUTEN S/OU FARCITS DE PERNIL I FORMATGE</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 <b>PASTA S/GLUTEN S/OU A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga)</b> TRUITA D'ESPÀRRECS I PATATA AMB AMANIDA (3,11) FRUITA DEL TEMPS	28 <b>LLENTIES SENSE GLUTEN ESTOFADES AMB HORTALISSES</b> 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 MIXTES S/GLUTEN S/OU O GALL DINDI AMB SALSA DE TOMÀQUET</b> FRUITA DEL TEMPS	30 <b>ARRÒS AMB VERDURES (S/CURRI)</b> <b>SUQUET DE PEIX (sense preparat)</b> 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

