

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 FESTIU	2 FESTIU	3 FESTIU
6 FESTIU	7 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ FALAFELS DE CIGRÓ AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	8 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA (1) "HAMBURGUESA" VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA (1,3,7,10,11) 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) LLEGUM AL XILINDRÓN FRUITA DEL TEMPS
13 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CASOLANS FETS AL FORN (1,6,9,11) OUS REMENATS AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA 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 LLEGUM EN SALSETA FRUITA DEL TEMPS	16 CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES OUS DURS O REMENATS AMB AMANIDA MATÓ DE PROXIMITAT (7)	17 ARRÓS 2 DELÍCIES (PÈSOLS I PASTANAGA)(S/PERNIL) FALAFEL DE CIGRÓ SENSE AL-LÈRGENS O CASOLANS 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 OUS DURS EN SALSA O REMENATS AMB TOMÀQUET 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) "HAMBURGUESA" VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA (1,3,7,10,11) 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) "HAMBURGUESA" VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA (1,3,7,10,11) FRUITA DEL TEMPS	29 MINESTRA DE VERDURES I PÈSOLS (11) FALAFEL DE CIGRÓ SENSE AL-LÈRGENS O CASOLANS AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	30 ARRÓS AL CURRI AMB VERDURES (1,9) OUS DURS EN SALSA O REMENATS AMB TOMÀQUET 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



Pa Casolà 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

pa integral

@comacasa.menjadorscolars

www.comacasamenjadors.cat

