

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 FESTIU	2 FESTIU	3 FESTIU
6 FESTIU	7 SOPA DE L'ÀVIA REMENAT D'OU AMB ALLS TENDRES I AMANIDA IOGURT	8 VERDURA AMB PATATA LLOM A LA PLANXA AMB TOMÀQUET AMANIT IOGURT AMB MADUIXES	9 AMANIDA CÉSAR ORADA AL FORN AMB CEBA I PATATES IOGURT	10 XIPS DE BONIATO MILFULLS DE SALMÓ FUMAT I FILADELFIA AMB AMANIDA QUÉFIR
13 COUSCOUS SALTAT AMB VERDURES XAI A LA PLANXA AMB AMANIDA IOGURT	14 ARRÒS AL CURRI OU "FREGIT" AL MICROONES AMB TOMÀQUET ROSA AMB SAL I PEBRE IOGURT AMB ANOUS	15 AMANIDA RUSSA LLENGUADO A LA PLANXA AMB ESPÀRRECS VERDS I BASTONETS DE COGOMBRE IOGURT	16 PURÉ DE PORROS POLLASTRE A LA PLANXA AMB PEBROTS FREGITS MACEDÒNIA DE FRUITA	17 ALBERGÍNIA ARREBOSSADA AMB SÈSAM I MEL SANDVITX VEGETAL DE TONYINA, ENCIAM, TOMÀQUET I MAIONESA QUALLADA
20 AMANIDA VERDA PASTÍS D'OU I VERDURES IOGURT	21 COLIFLOR SALTADA AMB ALL I PERNIL CUES DE RAP AL FORN AMB ALLADA I PURÉ DE PATATA AMB PEBRE VERMELL IOGURT AMB PLÀTAN	22 LLACETS AMB TOMÀQUET I FORMATGE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA IOGURT	23 MINESTRA DE VERDURES SÍPIA A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT I AMANIDA CARPACCIO DE KIWI	24 NATXOS AMB GUACAMOLE BURRITO CASOLÀ DE CARN PICADA I VERDURES AMB AMANIDA IOGURT
27 ESPINACS AMB BEIXAMEL BISTEC DE VEDELLA A LA PLANXA AMB PATATES FREGIDES IOGURT	28 SOPA CASOLANA SALMÓ AL PAPILOTTE QUÉFIR	29 TOMÀQUET, MOZZARELLA I ALFÀBREGA WOK D'ARRÒS BASMATI, VERDURES I POLLASTRE IOGURT	30 CREMA DE XAMPINYONS QUIX D'OU AMB PORRO I GAMBETES I AMANIDA IOGURT AMB LLAVORS	
Menús elaborats pel Departament de Dietètica i Nutrició. Disposem de menús adaptats per al·lèrgies i intoleràncies alimentaries.				

Feliç diada de Sant Jordi



Fruites de temporada



Pa de Casa 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

