

Les fruites del temps són: pera, plàtan, taronja, meló, pinya, síndria, préssec...
 Es servirà pa integral. Ús d'oli d'oliva per cuinar i oli d'oliva verge per amanir. Oli de gira-sol alt oleic per fregir.
 Ús de sal iodada per cuinar
 Carn i Pollastre produïts a Catalunya 100%
 Menús valorats nutricionalment per Lourdes Bàguena
 N° col·legiada CAT000460

“El poder de la imaginació ens fa infinits”
 - John Muir -


DILLUNS 3

 ESPAGUETTIS ECOLÒGICS
 AMB TOMÀQUET

GALL D'INDI A LA PLANXA AMB
 AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
 VERDES

FRUITA DEL TEMPS

DIMARTS 4

 MONGETA TENDRA AMB
 PATATA

 PERNILETS DE POLLASTRE
 AMB SALSETA DE POMA

FRUITA DEL TEMPS

DIMECRES 5
SOPA DE D'AU/VEGETAL

 TRUITA DE PORRO I PATATA
 AMB AMANIDA D'ENCIAM I
 COGOMBRE

IOGURT

DIJOUS 6
AMANIDA COMPLERTA D'ESTIU
 (S/PEIX) / CREMA DE
 VERDURES

 LLENTIES ECOLÒGIQUES
 ESTOFADES AMB ARRÓS

FRUITA DEL TEMPS

DIVENDRES 7

 PÈSOLS SALTEJATS AMB
 PERNIL

 ESTOFAT DE VEDELLA AMB
 PATATES

FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 10

 AMANIDA D'ARRÓS AMB BLAT
 DE MORO, PASTANAGA

 OUS DURS AMB TOMÀQUET I
 AMANIDA D'ENCIAM

FRUITA DEL TEMPS

DIMARTS 11

 SOPA D'AU AMB PASTA PETITA
 ECOLÒGICA

 CARN MAGRA I AMANIDA
 D'ENCIAM I BLAT DE MORO

FRUITA DEL TEMPS

DIMECRES 12

 MONGETES BLANQUES
 GUISADES AMB SOFREGIT DE
 CEBA, TOMÀQUET I PEBROT

 GALL D'INDI AL FORN AMB
 VERDURES

GELAT

DIJOUS 13

 MACARRONS A LA
 BOLONYESA DE VERDURES
 ECOLÒGIQUES

MANDONGUILLES DE CARN
AMB SALSETA

FRUITA DEL TEMPS

DIVENDRES 14

CREMA DE PASTANAGA

 PIZZA CASOLANA DE PERNIL
 DOLÇ

FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 17

LLENTIES A LA RIOJANA

 TRUITA FRANCESA AMB
 AMANIDA D'ENCIAM I
 PASTANAGA

FRUITA DEL TEMPS

DIMARTS 18

 ARROS AMB VERDURES
 ECOLÒGIQUES

GALL D'INDI AL FORN AMB
CEBA

FRUITA DEL TEMPS

DIMECRES 19

 SOPA DE BROU DE GALLINA I
 HORTALISSES

 CONTRACUIXA DE POLLASTRE
 AMB AMANIDA MEZCLUM I
 SOJA

IOGURT

DIJOUS 20

 TALLARINS ECOLÒGICS AMB
 SALSINA DE FORMATGE

 SALSITXES DE PORC AL FORN
 I AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES

FRUITA DEL TEMPS

DIVENDRES 21

 MINESTRA DE VERDURES
 (PASTANAGA I MONGETA)

 CROQUETES DE PERNIL AMB
 AMANIDA D'ENCIAM

FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 24
FESTA
DIMARTS 25
FESTA
DIMECRES 26

 ARRÓS ECOLÒGIC AMB
 TOMÀQUET

 REMENAT D'OUS AMB
 TOMÀQUET

IOGURT

DIJOUS 27
MENÚ AFRICÀ
 COUS COUS AL CURRI I
 VERDURES

 FALAFEL AMB PATATES
 FREGIDES
 POSTRE ESPECIAL

DIVENDRES 28
DIA MUNDIAL DE
L'HAMBURGUESA
 ESPIRALS AMB SALSINA DE
 TOMÀQUET I FORMATGE
 HAMBURGUESA AMB AMANIDA
 D'ENCIAM

FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 31

 SOPA D'AU AMB VERDURES I
 GALETS

POLLASTRE ARREBOSSAT
CASOLÀ AMB AMANIDA
 D'ENCIAM

FRUITA DEL TEMPS



@comacasa.menjadorscolars



www.comacasamenjadors.cat