

DILLUNS 1

**FESTA**

DIMARTS 2

TALLARINS ECOLÒGICS  
AMB OLIVES NEGRES

CUES DE RAP AL FORN AMB  
ALL I JULIVERT AMB  
AMANIDA D'ENCIAM I SOJA

FRUITA DEL TEMPS *eco*

DIMECRES 3

ARRÒS A LA CASSOLA

TRUITA A LA FRANCESA AMB  
AMANIDA D'ENCIAM I BLAT  
DE MORO

FRUITA DEL TEMPS

DIJOURS 4

MONGETA TENDRA AMB  
PATATA

LLIBRETS DE PERNILDOLÇ I  
FORMATGE FETS PER LA  
CUINERA AMB AMANIDA  
D'ENCIAM  
IOGURT

DIVENDRES 5

CIGRONS GUIATS AMB  
PASTANAGA ECOLÒGICA

POLLASTRE PLANXA AMB  
AMANIDA D'ENCIAM I  
COGOMBRE *eco*

FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 8

ARRÒS AMB VERDURES DE  
L'HORT ECOLÒGIQUES

SUQUET DE PEIX AMB  
PATATES *eco*

FRUITA DEL TEMPS

DIMARTS 9

COL I FLOR AMB PATATA

POLLASTRE AL FORN AMB  
SALSETA I CUSCÚS

FRUITA DEL TEMPS

DIMECRES 10

LLENTIES ESTOFADES AMB  
VERDURES ECOLÒGIQUES

TRUITA DE PERNIL DOLÇ  
AMB TOMÀQUET  
AMANIT/ENCIAM *eco*

FRUITA DEL TEMPS

DIJOURS 11

**FESTA**

DIVENDRES 12

PURÉ DE CARBASSA MB  
PIPES DE GIRA-SOL

HAMBURGUESA MIXTA AMB  
AMANIDA D'ENCIAM I BLAT  
DE MORO

FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 15

ARRÒS AMB TOMÀQUET

LLUÇ A LA LLIMONA AMB  
AMANIDA D'ENCIAM I  
REMOLATXA

FRUITA DEL TEMPS

DIMARTS 16

CREMA DE LLEGUMS  
ECOLÒGICA

TRUITA DE PATATES AMB  
AMANIDA D'ENCIAM *eco*

FRUITA DEL TEMPS

DIMECRES 17

BLEDES I PATATES  
SALTEJADES A L'ALLET

MANDONGUILLES MIXTES  
AMB VERDURETES

FRUITA DEL TEMPS

DIJOURS 18

**GASTRONOMIA ITALIANA**

**ESPAGUETTIS AL PESTO**

**POLLASTRE A LA  
PARMESANA AMB AMANIDA**

**TIRAMISU**

DIVENDRES 19

SOPA DE BROU CASOLÀ

LASSANYA DE LLENTIES  
CASOLANA

FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 22

MACARRONS SALTEJATS  
AMB CEBA

FOGONER AL FORN AMB ALL  
I OLI SUAU AMB AMANIDA  
D'ENCIAM

FRUITA DEL TEMPS

DIMARTS 23

SOPA DE PEIX AMB ARRÒS  
ECOLÒGIC

TRUITA DE CARBASSÓ AMB  
AMANIDA D'ENCIAM I  
PASTANAGA *eco*

FRUITA DEL TEMPS

DIMECRES 24

PATATES GRATINADES AL  
FORN AMB VERDURETES

SALSITXES DE PORC AMB  
TOMÀQUET I AMANIDA  
D'ENCIAM I OLIVES NEGRES

FRUITA DEL TEMPS

DIJOURS 25

CIGRONS GUIATS AMB  
VERDURETES  
ECOLÒGIQUES *eco*

DELICIES DE PEIX AMB  
AMANIDA D'ENCIAM

*Postre  
Casolà* POSTRE CASOLÀ

DIVENDRES 26

TRINXAT DE COL I PATATA

CONTRACUIXA DE  
POLLASTRE AMB SALSETA I  
VERDURES

FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 29

LLENTIES ESTOFADES AMB  
PASTANAGA, PEBROT I CEBA

TRUITA FRANCESA AMANIDA  
D'ENCIAM I PIPES DE GIRA-  
SOL

FRUITA DEL TEMPS

DIMARTS 30

SOPA DE PISTONS

ESTOFAT DE GALL D'INDI A LA  
JARDINERA

FRUITA DEL TEMPS



**Un cop al mes, postre casolà**

Les fruites del temps són: pera, plàtan, taronja, poma, mandarines...

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 Aroa

Espinosa Ruiz

Nº col·legiada CAT 001178

*La CARABASSA* - producte de temporada



Crea la teva recepta amb aquest producte i participa del nostre concurs de "Petits chef"

Fes una foto del teu plat i etiqueta'ns al Instagram

@comacasa.menjadorscolars durant el mes de novembre amb el #petitschefs

Una sorpresa per a la recepta més original!