

ESCOLA JOAN COROMINES

MAIG 2023 MENÚ OVOLACTEO VEGETARIÀ

DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5	
ARRÒS AMB VERDURES TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM ROMÀ I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	PÈSOLS SALTATS AMB PATATA NUGGETS DE BRÒCOLI AMB ENCIAM ROMÀ I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	ESPAGUETIS A LA CARBONARA DE XAMPINYONS REMENAT D'OUS AMB AMANIDA D'ENCIAM ROMÀ I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	GASPATXO CASOLÀ AMB CROSTONS COUSCOUS AMB VERDURETES DE TEMPORADA I CIGRONS IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL	
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
AMANIDA D'ARRÒS (SENSE CARN NI PEIX) LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSÓ OUS REMENATS AMB VERDURETES I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	HUMMUS DE CIGRONS AMB BASTONETS DE PASTANAGA ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORT FRUITA DEL TEMPS	TRINXAT DE COL I PATATA (SENSE CARN) TRUITA PAISANA AMB AMANIDA D'ENCIAM ROMÀ I PIPES DE GIRASOL IOGURT ECOLÒGIC A GRANEL	MACARRONS A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE TOFU A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM ROMÀ I OLIVES FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
CREMA DE VERDURES TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM ROMÀ I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS SALTATS (SENSE CARN NI PEIX) ESTOFAT DE SEITÀ AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB TOMÀQUET TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM ROMÀ I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA RUSSA (SENSE PEIX) HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA D'ENCIAM ROMÀ I REMOLATXA FRUITA DEL TEMPS	ESCULLEN ELS INFANTS MACARRONS AMB SALSA DE TOMÀQUET O PESTO PIZZA DE FORMATGE CASOLANA (SENSE CARN NI PEIX) GELAT DE NATA I MADUIXA O VAINILLA I XOCOLATA
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
AMANIDA D'ESPIRALS (SENSE CARN NI PEIX) SEITÀ AMB SALSETA FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA I XIRIVÍA LASSANYA DE SOIA TEXTURITZADA CASOLANA FRUITA DEL TEMPS	COLIFLOR AMB PATATA REMENAT D'OUS AMB AMANIDA D'ENCIAM ROMÀ I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES DAUS DE TOFU MARINATS AMB AMANIDA D'ENCIAM ROMÀ I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	GASTRONOMIA DE HAWAI AMANIDA HAWAIANA (ARRÒS, PINYA, ENCIAM I BLAT DE MORO) AMB SALSA ROSA OPCIONAL HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA GELATINA CASOLANA DE MADUIXA
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31		
TALLARINS AL POMODORO TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES DE TEMPORADA VERDURETES SALTADES AMB AMANIDA D'ENCIAM ROMÀ I PIPES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS NAPOLITANA FALAFELS AMB MINESTRA FRUITA DEL TEMPS		

Les fruites del temps són: albercoc, cirera, maduixa, préssec, nectarina, nespra, taronja..
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 elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.
Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.
Els menús es cuinen a part per caràcter mèdic, cultural o religiós.

EL DIBUIX GUANYADOR DEL CONCURS!!



FELICITATS LUCIA MUÑOZ
-ESCOLA LES ACÀCIES-



Un cop al mes, postre casolà



@comacasa.menjadorscolars



www.comacasamenjadors.cat

COM A CASA
Menjadors escolars