

Juny 2024

ESCOLA CARLIT

MENÚ SENSE LACTOSA/ PLV

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 MACARRONS AMB SOFREGIT DE VERDURES ECOLÒGIQUES TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	4 BLEDA AMB PATATA PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES DE GIRA-SOL FRUITA DEL TEMPS	5 EMPEDRAT DE LLEGUM CARN PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	6 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	7 FESTA SURFERA AMANIDA SURFERA (S/LACTOSA NI PLV) HAMBURGUESA AMB PATATES XIPS IOGURT DE SOIA
10 MINISTRA DE VERDURES CASOLANA FIDEUÀ ECOLÒGICA MARINERA (SENSE PREPARAT) FRUITA DEL TEMPS	11 ARRÒS AMB BOLETS CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LES FINES HERBES AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	12 LLENTIES ECOLÒGIQUES DE L'ÀVIA TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	13 AMANIDA DE PATATA, TONYINA I OLIVES PEIX FRESC SEGONS MERCAT A LA LLIMONA AMB ENCIAM I PASTANAGA <small>Postre Casolà</small> IOGURT DE SOIA COMPOTA DE ROMA	14 PURÉ DE CARBASSÓ I PASTANAGA (S/LLET) SALSITXES DE PORC A LA PLANXA AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS
17 AMANIDA ARRÒS TRUITA DE CARBASSÓ ECOLÒGIC AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	18 BRÓCOLI AMB PATATA POLLASTRE AL XILINDRÓN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	19 CREMA DE LLEGUMS I VERDURES ECOLÒGIQUES (SENSE LLET) MARMITAKO DE PEIX FRUITA DEL TEMPS	20 AMANIDA RUSSA LLOM ROSTIT AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	21 MENÚ DE FINAL DE CURS SENSE LLET

Les fruites del temps són: albercoc, préssec, síndria, nectarina, meló, pruna,... Descobreix-les totes [aquí](#)
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 lodada per cuinar.
Carn i Pollastre produïts a Catalunya
Peix fresc de les llotja de Palamós, varietats com: seitó, maira, canana,...
Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.
Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.



Bon estiu a tothom!!



@comacasa.menjadorscolars



www.comacasamenjadors.cat

Un cop al mes, unes postres casolanes