

# Juny 2024

## ESCOLA CARLIT

## MENÚ SENSE OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>3</b> MACARRONS SENSE OU AMB SOFREGIT VERDURES ECOLÒGIQUES "TRUITA VEGANA DE FARINA DE CIGRÓ I VERDURES" AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	<b>4</b> BLEDA AMB PATATA PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES DE GIRA-SOL FRUITA DEL TEMPS	<b>5</b> EMPEDRAT DE LLEGUM (S/OU) CARN PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	<b>6</b> ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	<b>7</b> FESTA SURFERA AMANIDA SURFERA (S/OU) HAMBURGUESA AMB PATATES XIPS GELAT
<b>10</b> MINESTRA DE VERDURES CASOLANA FIDEUÀ SENSE OU MARINERA (SENSE PREPARAT) FRUITA DEL TEMPS	<b>11</b> RISOTTO DE BOLETS (FORMATGE SENSE OU O SENSE FORMATGE) CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LES FINES HERBES AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	<b>12</b> LLENTIES ECOLÒGIQUES DE L'ÀVIA "TRUITA VEGANA DE FARINA DE CIGRÓ I VERDURES" AMB ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	<b>13</b> AMANIDA DE PATATA, TONYINA I OLIVES PEIX FRESC SEGONS MERCAT A LA LLIMONA SENSE OU AMB ENCIAM I PASTANAGA IYGURT AMB COMPOTA DE POMA	<b>14</b> PURÉ DE CARBASSÓ I PASTANAGA SALSITXES DE PAGÉS A LA PLANXA AMB SALSINA DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS
<b>17</b> AMANIDA ARRÒS (S/OU) "TRUITA VEGANA DE FARINA DE CIGRÓ I CARBASSÓ" AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	<b>18</b> BRÓCOLI AMB PATATA POLLASTRE AL XILINDRÓN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	<b>19</b> CREMA DE LLEGUMS I VERDURES ECOLÒGIQUES MARMITAKO DE PEIX FRUITA DEL TEMPS	<b>20</b> AMANIDA RUSSA (S/OU NI MAIONESA) LLOM ROSTIT AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS	<b>21</b> MENÚ DE FINAL DE CURS SENSE OU

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