












Juny 2024

ESCOLA SOLER DE VILARDELL

MENÚ BASAL


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 MACARRONS AMB SOFREGIT DE VERDURES ECOLÒGIQUES TRUITA DE FORMATGE 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 O LLEGUM ESTOFADA CROQUETES DE PERNIL 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 CREMA DE NAP I CARBASSA GUISAT D'AU AMB SALSETA I PATATES IOGURT
10  MINISTRA DE VERDURES CASOLANA FIDEUÀ ECOLÒGIC MARINERA FRUITA DEL TEMPS 	11  RISOTTO DE 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 FRUITA DEL TEMPS	14  DINAR A LA FRESCA HAMBURGUESA MIXTA AMB PA, PATATES I NUGGETS GELAT
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 ECOLÒGIC 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


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



del 10 al 14 de juny celebrem la **komkiweek**