

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

05

Bastonets de pa (*gluten*)
Humus de cigrons (*sèsam*)
Arròs amb colflor, llonganissa i cigrons (*sulfits*)
Fruita

Sopar recomanat:
Crema de xampinyons i llenguado a la planxa

12

Encisam ECO, poma i pipes (*fruits secs*)
Crema de carabasseta, carlota, ceba i creïlla
Llonganisses amb creïlles
Fruita

Sopar recomanat:
Lluç planxa amb salsa de poma i all porro

06

Encisam i carlota fresca ratllada ECO
Sopa de petxines (*gluten*)
Mandonguilles de lluç i calamar amb samfaina (*crustacis, ous, peix, gluten, lactis*)
Fruita ECO

Sopar recomanat:
Remenat de gambes i alls tendres

13

Encisam, ceba i olives
Llentilles amb xoriço, moniato i carlota
Trita d'espínacs (*ous*)
Fruita ECO

Sopar recomanat:
Pizza casolana de verdures i pollastre

07

Encisam i remolatxa
Espaguetis carbonara (*lactis, gluten, lactis, gluten*)
Empanadilles d'ou, tomata i besugo (*ous, peix, gluten*)
Lacti (*lactis*)

Sopar recomanat:
Contraçuixa de pollastre amb moniato rostit i amanida de tomata i ceba

14

Encisam ECO, dacsa i ceba
Macarrons amb tomata i pesto (*gluten, fruits secs*)
Aladròcs enfarinats amb sojanesa (*gluten, peix, ous*)
Lacti (*lactis*)

Sopar recomanat:
Creïlles rostides amb all i julivert i remenat de xampinyons

01

Encisam i carlota fresca ratllada ECO
Arròs tres delícies
Tacos de titot amb salsa de tomata i verdures
Fruita

Sopar recomanat:
Fajitas d'humus amb verdures

08

Encisam i cogombre
Potatge de cigrons amb espinacs
Trita francesa amb rodanxa de tomata (*ous*)
Fruita ECO

Sopar recomanat:
Quinoa saltada amb verduretes i salmó

15

Encisam i pebrót italià
Pa amb tomaca i pernil dolç (*gluten*)
Paella de pollastre, garrofó i bajoca
Fruita

Sopar recomanat:
Crema de carabasseta i tacs de titot en salsa de verdures

02

Encisam ECO amb vinagreta
Llacets amb salsa de formatge
Varetes casolanes de lluç amb sojanesa (*soja, gluten, peix*)
Fruita ECO

Sopar recomanat:
Sopa de fideus i llom a la planxa amb samfaina

09

Encisam, ceba i poma ECO
Crema de carabassa, ceba i creïlla
Pit empanat amb creïlles fregides (*gluten*)
Fruita

Sopar recomanat:
Saltat de pèsols, ceba i taquets de pernil

16

Cogombre i dacsa amb vinagreta
Sopa d'estreletes (*gluten*)
Pollastre al forn amb creïlla, ceba i poma torrada
Fruita ECO

Sopar recomanat:
Espàrrecs planxa i calamars encabats

19

Encisam, ceba cruixent i poma
Rotllets primavera amb salsa
agredolça (*gluten*)
Guisat de mandonguilles amb
creïlles i verdures (*sulfits*)
Fruïta

Sopar recomanat:

*Ensalada de tomaca i mozzarella i
truita de creïlla, ceba i carabasseta*

20

Encisam amb vinagreta
Humus amb bastonets de
cogombre (*sesam*)
Fideuà de peix (*peix*)
Fruïta

Sopar recomanat:

*Albergínies farcides de verdures i
tonyina*

21

Encisam ECO amb tomata
Potatge de fesols amb verdures
Truita de carlota amb titot (*ous*)
Lacti (*lactis*)

Sopar recomanat:

Salmó a la planxa amb ensalada

22

Encisam i dacsà
Macarrons integrals amb
bolonyesa de carn (*gluten, lactis*)
Filet de lluç al forn amb salsa meri
(*peix*)
Fruïta ECO

Sopar recomanat:

*Wok de pollastre amb verdures
rostides*

23

Encisam ECO amb brots de soja
(*soja*)
Sopa maravella (*gluten*)
Pizza de soja texturitzada,
formatge i ceba amb salsa
barbacoa (*gluten, lactis*)
Fruïta

Sopar recomanat:

*Bullit valencià amb molletes de
peix*

26

Encisam ECO i remolatxa
Espaguetis amb salsa de tomata,
ceba i brullo (*lactis, gluten*)
Filet d'abadejo enfarinat y verdures
(*peix, gluten*)
Fruïta

Sopar recomanat:

*Sopa de fideus i relom de porc
amb xampinyons saltats*

27

Encisam, ou dur, ceba, besugo i
dacsà (*ous, peix*)
Pa amb tomata (*gluten*)
Arròs al forn amb costella,
cansalada, botifarró, cigrons,
creïlla i tomata
Fruïta ECO

Sopar recomanat:

*Daurada al papillot amb creïlles,
ceba i pebrot*

28

Encisam ECO, poma i pipes (*fruits
secs*)
Sopa de verdures amb fideus
(*gluten*)
Pollastre al forn amb creïlles
Lacti (*lactis*)

Sopar recomanat:

Ous a la planxa amb samfaina

29

Encisam amb vinagreta
Llenties amb porro, tomata, ceba i
carlota
Llom adobat amb tomata fregida
casolana
Fruïta ECO

Sopar recomanat:

Minestra i sepia planxa



En compliment del
Reglament RD 126/2015
de 27 de febrer; aquest
establiment té
disponible per consultar
la informació relativa a
la presència d'al·lèrgens
dels nostres productes.

Pots sol·licitar aquesta
informació a través de
info@comicole.com o en la
nostra pàgina web:
https://comesco.net/comesco_alergenos/

App ComiCole:
<https://comesco.net/>
<https://comicole.com/>

Laura Bilbao Cercós,
Dietista-nutricionista
Nuttralia: CV 003233