

MENÚ

GENER



A Casolem ens agraden molt els llegums!
Són una proteïna d'alta qualitat, rica en nutrients i comparable amb les qualitats de la proteïna animal. En els nostres menús utilitzem tres tipus de llegum: la lletia, el cigró i la mongeta. Sempre que hi hagi disponibilitat les comprem de proximitat i ecològiques.
A partir de gener, l'**Horta la Fanecada** ens servirà les mongetes del Carai i del Ganxet de cultiu propi.

Encetem un nou any i seguim apostant pels productes de qualitat, de temporada, de proximitat i ecològics.

Coordinadora: granes@casolem.cat
Administració i facturació: administracio@casolem.cat
Direcció: casolem@casolem.cat

AVISOS I INCIDÈNCIES: 673737067

08

Dimecres

Espirals amb pesto
d'espínacs, alfàbrega i
fruits secs

Cuixes de pollastre al forn
amb oli d'herbes

Fruita del temps

09

Dijous

Llesca de pa de pagès amb
tomàquet i truita de
formatge

Llenties estofades amb
arròs i verdures

Fruita del temps

10

Divendres

Cus cus amb salsa de
verdures

Peix S/M al forn

Taronja amb canyella

13

Dilluns

Arròs integral tres delícies

Llom amb amanida

Fruita del temps

14

Dimarts

Cigrons estofats amb
verdures

Truita de patata i calçots

Fruita del temps

15

Dimecres

Amanida variada amb
vinagreta de taronja i
pipes torrades

Espagueti a la bolonyesa
de vedella i formatge

Fruita del temps

16

Dijous

Patata i verdura
S/productors

Peix S/M fregit amb allíoli

Iogurt d'ovella amb sucre
moré

17

Divendres

Crema de verdures amb
llenties vermelles

Pizza de pollastre,
verdures i formatge

Fruita del temps

20

Dilluns

Búrgul amb salsa de
verdures

Hamburguesa de gall
d'indi amb verduretes

Fruita del temps

21

Dimarts

Crema de verdures

Botifarra amb seques

Iogurt de vaca amb sucre
moré

22

Dimecres

Sopa de peix amb fideus

Peix S/M a la llauna i
pastanaga ratllada amb
sèsam

Fruita del temps

23

Dijous

Amanida variada amb
vinagreta

Arròs a la cubana amb ou
dur

Fruita del temps

24

Divendres

Patata, pastanaga,
tonyina, cigrons amb oli
d'porradell

Pollastre amb escabetx

Fruita del temps

27

Dilluns

Crema de verdures amb
mill

Salsitxes de pollastre i
pastanaga ratllada amb
sèsam

Fruita del temps

28

Dimarts

Brou de pollastre amb
pasta

Truita de patata amb alls
tendres amb amanida

Fruita del temps

29

Dimecres

Amanida variada amb
formatge fresc de cabra

Llenties amb arròs integral
i verdures

Fruita del temps

30

Dijous

Llacets amb verdures
saltejades

Pastís de patata amb
bonítol i verdures

Fruita del temps

31

Divendres

Arròs saltejat amb herbes

Mandonguilles amb salsa
de verdures

Iogurt de vaca amb sucre
moré