

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

□

□

1 670 Kcal. P.: 26 HC.: 27 L.: 45 G.: 13

CREMA DE VERDURES
POLLASTRE (CONTRACUIXA) AMB LLIMONA
ENCIAM I BLAT DE MORO
IOGURT

2 748 Kcal. P.: 15 HC.: 52 L.: 30 G.: 5

JORNADA FISH REVOLUTION
AMANIDA DE PASTA TRICOLOR
MANDONGUILLES DE LLUÇ AMB SALSÀ DE
TOMÀQUET I PATATA MARINA
FRUITA

3 748 Kcal. P.: 13 HC.: 48 L.: 36 G.: 10

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE
MORO I PASTANAGA)
SECRET DE PORC ESTOFAT
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

6 832 Kcal. P.: 14 HC.: 37 L.: 48 G.: 16

ESPAGUETIS A LA CARBONARA
TRUITA DE FORMATGE AMB CIBULET
ENCIAM I REMOLATXA
GELAT

7 666 Kcal. P.: 10 HC.: 46 L.: 42 G.: 8

CREMA DE CARBASSÓ I COLIFLOR AMB
CROSTONS
PIZZA
FRUITA

8 688 Kcal. P.: 23 HC.: 33 L.: 42 G.: 11

AMANIDA CAMPERA
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL AMB POMA
FRUITA

9 798 Kcal. P.: 7 HC.: 55 L.: 36 G.: 6

ARRÒS AMB TOMÀQUET I CEBÀ
CROQUETES DE PERNIL
AMANIDA VERDA
FRUITA

10 692 Kcal. P.: 21 HC.: 39 L.: 34 G.: 5

MONGETES BLANQUES AMB PORRO I SALSÀ DE
CÚRCUMA
TEMPURA CRUIXENT D'ABADEJO
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

13 638 Kcal. P.: 24 HC.: 31 L.: 42 G.: 11

CREMA DE VERDURES
CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT AMB
ROMANÍ
AMANIDA D' ENCIAM, CEBÀ I TOMÀQUET
FRUITA

14 676 Kcal. P.: 22 HC.: 48 L.: 28 G.: 7

MACARRONS NAPOLITANA
FREGIT MALLORQUÍ
FRUITA

15 748 Kcal. P.: 15 HC.: 26 L.: 57 G.: 16

AMANIDA ALEMANYA
MANDONGUILLES A LA JARDINERA
IOGURT

16 757 Kcal. P.: 16 HC.: 36 L.: 44 G.: 8

TRAMPÓ DE CIGRONS AMB TONYINA, CEBÀ,
PEBROT ROJO, PEBROT VERD
TRUITA DE PATATA I PERNIL CUIT
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

17 746 Kcal. P.: 14 HC.: 47 L.: 37 G.: 7

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
MEDALLÓ DE SALMÓ AI FORN AMB PORRO,
PASTANAGA I FONOLL
AMANIDA AMB BROS DE SOJA
FRUITA

20 582 Kcal. P.: 15 HC.: 37 L.: 45 G.: 8

AMANIDA OLIVIER (PATATA, PASTANAGA,
PÈSOL, MONGETA TENDRA, TONYINA, OU,
OLIVES I MAIONESA)
GREIXERA D'OU
FRUITA

21 808 Kcal. P.: 11 HC.: 43 L.: 41 G.: 7

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
GALL DINDI I FORMATGE ARREBOSSAT
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

22 608 Kcal. P.: 14 HC.: 55 L.: 28 G.: 5

PAELLA AMB VERDURES
LLUÇ AL FORN A L'ESTIL "CAJUN"
ENCIAM I CEBÀ
FRUITA

23 709 Kcal. P.: 15 HC.: 38 L.: 45 G.: 16

MENÚ ESPECIAL DE FI DE CURS
AMANIDA VARIADA (ENCIAM, TOMÀQUET, OU
DUR, PASTANAGA)
HAMBURGUESA COMPLETA
GELAT

□

□

□

□

□

AQUÍ ES
CUINA
100% AMB
OLI
D'OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program

Be Curious
skoolarest

¡CONVIÉRTETE
EN SU GUARDIÁN!

FISH
REVOLUTION

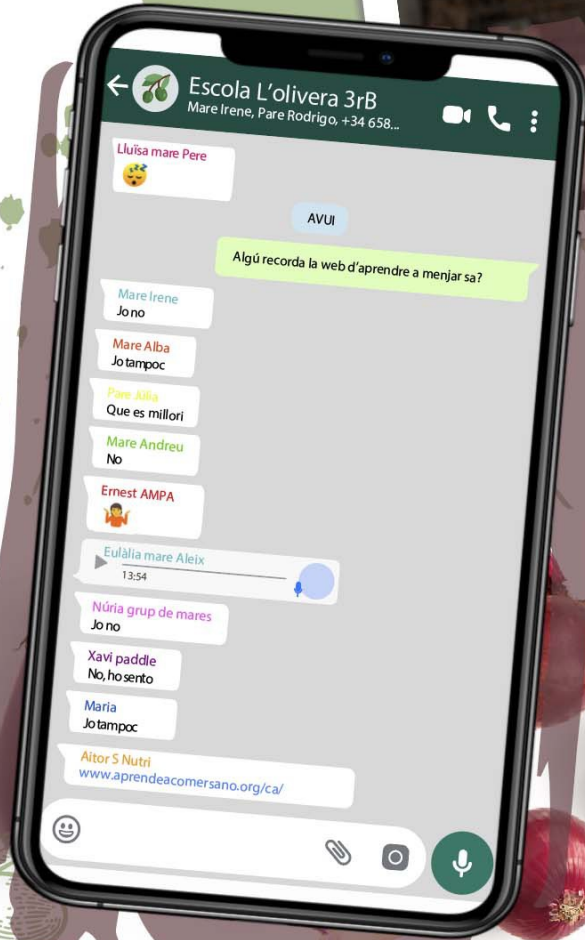
SABOREANDO
LOS
MARES

grow
FOOD
BANKS

AITOR SANCHEZ

Aprèn a menjar sa amb L'Aitor Sánchez i Scolarest

ACEITES DE OLIVA DE ESPAÑA I COMPASS GROUP | SCOLAREST T'OFEREIXEN UN PROGRAMA PRÀCTIC, PROGRESSIU I FLEXIBLE PER TRANSFORMAR ELS TEUS HÀBITS ALIMENTARIS I MILLORAR LA QUALITAT DE VIDA DE TOTA LA FAMÍLIA.



SI HEM DINAT:	PODEM SOPAR:
CEREAIS, FÈCULES O LLEGUMS	HORTALISSES CRUES O LLEGUMS CUITS
VERDURES	CEREAIS O FÈCULES
CARN	PEIX O OU
PEIX	CARN MAGRA O OU
OU	PEIX O CARN MAGRA
FRUITA	LÀCTICS O FRUITA
LÀCTICS	FRUITA

Notes:

Empresa adherida al Pla de col·laboració per a la millora de la composició alimentària i begudes 2020.
En cas d'al·lèrgies o intoleràncies, procurar mantenir una bona alimentació substituint aliments no tolerats per altres dins de la mateixa família.

La nostra empresa sotmet a congelació el peix que es vagi a consumir cru o poc fet, segons estableix el RD 1420/2006. D'acord amb l'establert al RE 1169/2011, la cuina disposa d'informació sobre el contingut en al·lèrgens dels menús elaborats.