

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIVO

2

747 Kcal. P.: 6 HC.: 41 L.: 49 G.: 8

CREMA DE CARABASSA, ROMANÍ I TARONJA
GALL DINDI I FORMATGE ARREBOSSAT
BLAT DE MORO I OLIVES
FRUITA

3

657 Kcal. P.: 23 HC.: 46 L.: 27 G.: 7

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

4

758 Kcal. P.: 19 HC.: 40 L.: 41 G.: 11

RECEPTA FISH REVOLUTION
ARRÓS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I
FORMATGE
VERAT AMB ALLS EN SALS DE TOMÀQUET
AMANIDA VERDA
IOGURT

7

566 Kcal. P.: 22 HC.: 43 L.: 30 G.: 5

LLENTIES ESTOFADES
FILET DE LLUÇ AL FORN
TOMÀQUET A DAUS
FRUITA

8

574 Kcal. P.: 17 HC.: 34 L.: 48 G.: 16

SOPA DE LLETRES
HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
IOGURT

9

582 Kcal. P.: 11 HC.: 59 L.: 28 G.: 6

PAELLA AMB VERDURES
OUS AMB "PISTO" EXTREMENY
FRUITA

10

633 Kcal. P.: 20 HC.: 51 L.: 27 G.: 6

JORNADA THAILENDESA
TALLARINES AMB VERDURES A L'ESTIL THAI
PORC A L'ESTIL DE SIAM AMB PASTANAGA I
XAMPINYONS
FRUITA

11

508 Kcal. P.: 16 HC.: 41 L.: 40 G.: 8

CREMA DE VERDURES
POLLASTRE ROSTIT A L'ESTIL "CAJUN"
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

14

671 Kcal. P.: 15 HC.: 60 L.: 23 G.: 5

ARRÓS GRATINAT AMB VERDURES
MANDONGUILLES DE LLUÇ AMB SALS
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

15

729 Kcal. P.: 16 HC.: 38 L.: 41 G.: 7

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
CARABASSA
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I CEBA
FRUITA

16

490 Kcal. P.: 17 HC.: 47 L.: 33 G.: 7

CREMA DE VERDURES
POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ
PURÉ DE PATATES
FRUITA

17

657 Kcal. P.: 23 HC.: 46 L.: 27 G.: 7

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

18

845 Kcal. P.: 8 HC.: 51 L.: 39 G.: 7

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
MACARRONS AMB SALS DE FORMATGE
CROQUETES DE PERNIL
ENCIAM I OLIVES
GELATINA DE MADUIXA

21

728 Kcal. P.: 23 HC.: 38 L.: 35 G.: 7

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
FILET D'ABADEJO A L'ANDALUSA
AMANIDA DE TOMÀQUET
IOGURT

22

755 Kcal. P.: 15 HC.: 47 L.: 36 G.: 11

ESPAGUETIS NAPOLITANA AMB TOMÀQUET
MANDONGUILLES AMB PASTANAGA I PÈSOLS
FRUITA

23

608 Kcal. P.: 17 HC.: 54 L.: 24 G.: 4

CREMA DE PORROS NATURAL AMB CROSTONS
CIGRONS AMB VERDURES I PORC SICHUAN
FRUITA

24

696 Kcal. P.: 14 HC.: 54 L.: 30 G.: 6

JORNADA FISH REVOLUTION
ARRÓS AMB TOMÀQUET I ORENGA
TRUITA DE TONYINA AMB PATATES MARINES
COMPOTA DE FRUITES

25

612 Kcal. P.: 16 HC.: 39 L.: 42 G.: 7

SOPA MINISTRONE
NUGGETS DE POLLASTRE
ENCIAM I REMOLATXA
FRUITA

28

475 Kcal. P.: 16 HC.: 44 L.: 37 G.: 7

CREMA DE CARBASSA
POLLASTRE AMB LLIMONA
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

29

670 Kcal. P.: 21 HC.: 31 L.: 43 G.: 12

MONGETES BLANQUES AMB VERDURES
TRUITA FRANCESA AMB FORMATGE
TOMÀQUET I ORENGA
IOGURT

30

548 Kcal. P.: 13 HC.: 51 L.: 33 G.: 9

CREMA DE CARBASSÓ
CANELONS FARCITS DE CARN AMB BEIXAMEL
SUAU
FRUITA

AQUI
ES CUINA
100% AMB
OLI
D'OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program

Skoolarest

¡CONVIÉRTETE
EN SU GUARDIÁN!

FISH
REVOLUTION

SABOREANDO
LOS
MARES

Grow
FOOD
BANKS

NOTES: **Legenda:** Kcal.: Kilo-calories (Energia) / P: Proteïnes / H: Hidrats de Carboni / L: Lípids / G: Àcids Grassos Saturats. Valors de nutrients expressats en % sobre energia total. Aportacions calòriques teòriques calculades per a nens/es de 6 a 9 anys. Els nostres menús inclouen PA BLANC I INTEGRAL, i la beguda serà AIGUA.

SCOLAREST

Alimentació
saludable i
sostenible

COMPASS GROUP | Scolarest

AQUÍ ES CUINA 100% AMB OLI D'OLIVA

SI HEM DINAT:

CERELS, FÈCULES O LLEGUMS
VERDURES
CARN
PEIX
OU
FRUITA
LÀCTICS

PODEM SOPAR:

HORTALISSES CRUES O LLEGUMS CUITS
CERELS O FÈCULES
PEIX O OU
CARN MAGRA O OU
PEIX O CARN MAGRA
LÀCTICS O FRUITA
FRUITA

DES DE L'INICI DEL CURS ESCOLAR 2021-2022 CUINEM TOTS ELS NOSTRES MENÚS EXCLUSIVAMENT AMB OLI D'OLIVA, REFORÇANT EL NOSTRE COMPROMÍS D'AFAVORIR EL BENESTAR DE LA TEVA FAMÍLIA A TRAVÉS D'UNA ALIMENTACIÓ SALUDABLE I SOSTENIBLE.

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.

COMPASS GROUP | Scolarest