

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

□

□

1

FESTIVO

2

729 Kcal. P.: 15 HC.: 41 L.: 40 G.: 7

LLENTIES AMB JARDINERA
OUS AMB TOMÀQUET
PATATES FREGIDES
FRUITA

3

643 Kcal. P.: 14 HC.: 52 L.: 32 G.: 5

PAELLA AMB VERDURES
MEDALLÓ DE BACALLÀ AL FORN AMB
SOFREGIT D'ALL
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

6

970 Kcal. P.: 49 HC.: 28 L.: 22 G.: 5

MACARRONS A LA ITALIANA
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL AMB POMA
GELATINA

7

769 Kcal. P.: 12 HC.: 44 L.: 38 G.: 6

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
CROQUETES DE PERNIL
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

8

593 Kcal. P.: 14 HC.: 26 L.: 58 G.: 12

MONGETES TENDRES SALTEJADES AMB PERNIL
TRUITA DE PATATES
AMANIDA D'ENCIAM, OLIVES I BLAT DE MORO
IOGURT

9

531 Kcal. P.: 17 HC.: 57 L.: 21 G.: 6

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

10

644 Kcal. P.: 14 HC.: 63 L.: 21 G.: 4

RECEPTA FISH REVOLUTION
ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
MANDONGUILLES DE LLUÇ I POTA ESTOFADES A
LA JARDINERA
FRUITA

13

505 Kcal. P.: 13 HC.: 56 L.: 27 G.: 8

SOPA MINISTRONE
LASANYA DE CARN AMB BEIXAMEL
CASOLANA
FRUITA

14

633 Kcal. P.: 15 HC.: 51 L.: 28 G.: 5

CREMA DE CARBASSÓ
CIGRONS GUISATS AMB PATATES I COSTELLA
DE PORC
FRUITA

15

801 Kcal. P.: 14 HC.: 48 L.: 36 G.: 7

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
SEITONS A L'ANDALUSA
AMANIDA VERDA
FRUITA

16

710 Kcal. P.: 23 HC.: 32 L.: 42 G.: 13

MASAI
GITHERI (MONGETES PINTES AMB BLAT DE
MORO A L'ESTIL KENIÀ)
NYAMA CHOMA DE POLLASTRE
AMANIDA KACHUMBARI
GELAT

17

701 Kcal. P.: 15 HC.: 45 L.: 38 G.: 8

ESPAGUETIS A LA CREMA
TRUITA DE TONYINA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

20

676 Kcal. P.: 20 HC.: 38 L.: 38 G.: 10

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
TRUITA DE FORMATGE
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

21

738 Kcal. P.: 16 HC.: 39 L.: 44 G.: 13

TALLARINES AMB VERDURES AMB Salsa de
SOIA
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
ENCIAM I BROS DE MONGETES
IOGURT

22

639 Kcal. P.: 18 HC.: 39 L.: 41 G.: 9

FIDEUS DE ROTER
FILET DE VERAT AL FORN
PATATES A DAUS
FRUITA

23

531 Kcal. P.: 17 HC.: 57 L.: 21 G.: 6

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

24

683 Kcal. P.: 8 HC.: 56 L.: 33 G.: 7

JORNADA FISH REVOLUTION
ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE
MORO I PASTANAGA)
ROTLLS DE PRIMAVERA AMB PATATA MARINA I
VERDURES THAI
FRUITA

27

492 Kcal. P.: 24 HC.: 42 L.: 31 G.: 8

CREMA PARMENTIER
FREGIT MALLORQUÍ
FRUITA

28

819 Kcal. P.: 12 HC.: 48 L.: 38 G.: 11

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
GUISAT DE PILOTES
ENCIAM
FRUITA

29

475 Kcal. P.: 14 HC.: 44 L.: 40 G.: 9

SOPA DE LLETRES
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

30

759 Kcal. P.: 21 HC.: 33 L.: 41 G.: 8

MONGETES BLANQUES AMB PORRO I Salsa de
CÚRCUMA
NUGGETS DE POLLASTRE
ENCIAM I COGOMBRET
IOGURT

31

385 Kcal. P.: 20 HC.: 52 L.: 25 G.: 4

CREMA DE CARBASSA
FILET DE LLUÇ AMB ALLETS, Ceba I Salsa de
TOMÀQUET
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

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