

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

27

ARRÒS AMB TOMÀQUET
PÈSOLS AMB CEBA
ENCIAM I BLAT DE MORO
IOGURT LA FAGEDA

28

MONGETES BLANQUES ESTOFADES
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

29

SOPA DE VERDURES
FRICANDÓ DE FILET VEGETAL
TOMÀQUET I ORENGA
IOGURT LA FAGEDA

30

ESPIRALS AMB VERDURES
REMENAT DE XAMPINYONS
AMANIDA D' ENCIAM, BLAT DE MORO I
COGOMBRE
FRUITA

1

CREMA DE CARBASSA
CIGRONS SALTATS AMB CEBA PASTANAGA I
CARABASSÓ
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

4

MACARRONS AMB TOMÀQUET
CROQUETES D' ESPINACS
ENCIAM I REMOLATXA
IOGURT LA FAGEDA

5

CREMA DE VERDURES
COCA DE VERDURES AMB BOLONYESA DE
LEGUMBRETA
AMANIDA VERDA
FRUITA

6

LLENTIES ESTOFADES
TRUITA FRANCESA
AMANIDA VERDA
IOGURT LA FAGEDA

7

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA
HAMBURGUESA VEGETAL
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

8

SOPA DE VERDURES
CIGRONS AMB VERDURES
FRUITA

11

ARRÒS A LA CUBANA
ESPINACS A LA CREMA
AMANIDA D' ENCIAM, CEBA I TOMÀQUET
IOGURT LA FAGEDA

12

CIGRONS ESTOFATS
TRUITA DE FORMATGE
AMANIDA VERDA
FRUITA

13

TALLARINES A L' ANGLESA AMB TOMÀQUET
NATURAL I OLIVES NEGRES
PÈSOLS SALTEJATS
ENCIAM I COGOMBRE
IOGURT LA FAGEDA

14

SOPA DE VERDURES AMB PASTA
AMANIDA DE MONGETES BLANQUES
FRUITA

15

COCA DE VERDURES AMB BOLONYESA DE
LEGUMBRETA
ARRÒS AMB VERDURES
TOMÀQUET A DAUS
FRUITA

18

MONGETES TENDRES AMB PATATES
TRUITA DE CARBASSÓ
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
IOGURT LA FAGEDA

19

MACARRONS NAPOLITANA
CIGRONS SALTATS AMB VERDURES,
LEGUMBRETA I COUS COUS
ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES
FRUITA

20

SOPA DE VERDURES
HAMBURGUESA VEGETAL
GELAT

21

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
CROQUETES D' ESPINACS
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET I
PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

22

AMANIDA DE PASTA, BLAT DE MORO I
TOMÀQUET
COCA DE VERDURES AMB BOLONYESA DE
LEGUMBRETA
PATATES FREGIDES
FRUITA

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al·lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

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:
CEREALS, FÈCULES O LLEGUMS	HORTALISSES CRUES O LLEGUMS CUITS
VERDURES	CEREALS 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.