

COL. SAGRADO CORAZON

Dieta: DIABÈTICA

Setembre - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

AQUÍ
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



11

TRAMPÓ DE CIGRONS AMB TONYINA, CEBA,
PEBROT ROJO, PEBROT VERD
TIRÉS DE POLLASTRE A LA PLANXA
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO
FRUITA

12

AMANIDA DE PASTA, BLAT DE MORO I
TOMÀQUET
GALL SANT PERE AL FORN AMB CEBA I OLIVES
ENCIAM I COGOMBRE
IOGURT DESNATAT

13

ARRÒS TRES DELÍCIES
FILET DE MAZA DE PORC AL FORN
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET I
REMOLATXA
FRUITA

14

CREMA DE VERDURES
CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES
PATATA AL FORN
FRUITA

15

AMANIDA DE PATATES
REMENAT DE TOMÀQUET I OU
ARRÒS INTEGRAL
FRUITA

18

AMANIDA RUSSA NATURAL AMANIDA
(PATATA, PASTANAGA BLAT DE MORO I
OLIVES)
TRUITA A LA FRANCESA
AMANIDA DE TOMÀQUET, CEBA I OLIVES
FRUITA

19

GUISAT DE LLENTIES
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN AMB BRESA
DE CEBA I PEBROT
FRUITA

20

ARRÒS AMB VERDURES
FILET D'ABADEJO AL FORN
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET,
PASTANAGA I OLIVES
FRUITA

21

MACARRONS (INTEGRAL) NAPOLITANA
POLLASTRE AMB LLIMONA
AMANIDA VERDA
FRUITA

22

SOPA DE FIDEUS
HALIBUT AL FORN
PATATA PANADERA
IOGURT DESNATAT

25

CREMA DE VERDURES
GUISAT DE PILOTES
FRUITA

26

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
BULLIT
FRUITA

27

JORNADA FISH REVOLUTION
ARRÒS THAI
FILET DE LLUÇ AMB TAPENADE VERD I
RATATOUILLE
FRUITA

28

AMANIDA DE MONGETES BLANQUES
PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN
TOMÀQUET I OLIVES
FRUITA

29

MACARRONS (INTEGRALS) AMB ALLADA
XD SEITONS A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE
MORO
IOGURT DESNATAT

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

SCOLAREST

*Alimentació
saludable i
sostenible*

COMPASS
GROUP | Scolarest

AQUÍ ES CUINA 100% AMB OLI D'OLIVA

SI HEM DINAT:

CEREALS, FÈCULES O LLEGUMS

VERDURES

CARN

PEIX

OU

FRUITA

LÀCTICS

PODEM SOPAR:

HORTALISSES CRUES O LLEGUMS CUITS

CEREALS 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 BENES-
TAR 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