

# COL. SAGRADO CORAZON

Dieta: DIABÈTICA

Desembre - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

SOPA JARDINERA AMB ESTRELES  
POLLASTRE A LA CAÇADORA  
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

4

CREMA DE VERDURES  
FILET DE POLLASTRE AMB SALS  
XAMPINYONS  
FRUITA

5

MACARRONS INTEGRALS BOLONYESA  
(TOMÀQUET NATURAL I CARN PICADA)  
FILET DE LLUÇ AL FORN  
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL  
IOGURT DESNATAT

6

FESTIVO

7

NO LECTIVO

8

FESTIVO

11

MONGETES BLANQUES BULLIDES AMB OLI  
D'OLIVA  
TIRES DE POLLASTRE A LA PLANXA  
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,  
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO  
FRUITA

12

RECEPTA FISH REVOLUTION

PAELLA AMB VERDURES  
BACALLÀ AL FORN AMB PURÉ DE COLIFLOR  
AMB OLI D'OLIVA, PASTANAGA I SÈSAM  
IOGURT DESNATAT

13

SOPA DE BULLIT MALLORQUÍ  
BULLIT  
FRUITA

14

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET  
NATURAL I ORENGA  
TRUITA A LA FRANCESA  
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

15

CREMA PARMENTIER  
ABADEJO AL FORN  
TOMÀQUET PROVENÇAL  
FRUITA

18

ARRÒS BLANC  
GALL SANT PERE AL FORN  
ENCIAM I PEBROT VERMELL  
FRUITA

19

GUISAT DE LLENTIES  
FILET DE PORC A LA PLANXA  
ENCIAM I COGOMBRE  
FRUITA

20

ESPAQUETIS SALTEJATS  
LLUÇ AL FORN AMB OLI I PEBRE VERMELL  
VERDURES SALTADES  
FRUITA

21

MENÚ ESPECIAL DE NADAL

SOPA DE FIDEUS  
HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA  
ENCIAM I TOMÀQUET  
IOGURT DESNATAT

AQUÍ  
ES CUINA  
100% AMB  
OLI  
D'OLIVA

[aprendeacomersano.org](http://aprendeacomersano.org)

STOP FOOD WASTE  
Program

Skoolarest

¡CONVIÉRTETE  
EN SU GUARDIÁN!

FISH  
REVOLUTION

SABOREANDO  
LOS  
MARES

Grow  
FOOD  
BANKS

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

COMPASS | Scolarest



**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