

# COL. SAGRADO CORAZON

Dieta: SENSE LLEGUMS

Setembre - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

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



11

BRÒCOLI AMB PORRO  
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA  
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,  
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO  
FRUITA

12

AMANIDA DE PASTA SENSE GLUTEN I SENSE OU  
AMB BLAT DE MORO I TOMÀQUET  
GALL SANT PERE AL FORN AMB CEBA I OLIVES  
ENCIAM I COGOMBRE  
GELAT

13

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS  
FILET DE MAZA DE PORC AL FORN  
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET I  
REMOLATXA  
FRUITA

14

CREMA DE VERDURES  
CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES  
PATATES A DAUS  
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 DE PATATES  
AMANIDA DE TOMÀQUET, CEBA I OLIVES  
FRUITA

19

PATATES AMB PEBROTS  
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN AMB BRESA  
DE CEBA I PEBROT  
FRUITA

20

ARRÒS AMB VERDURES  
FILET D'ABADEJO A L'ANDALUSA  
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET,  
PASTANAGA I OLIVES  
FRUITA

21

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE  
TOMÀQUET CASOLANA  
POLLASTRE AMB LLIMONA  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

22

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN  
HALIBUT AL FORN  
PATATA PANADERA  
GELAT

25

CREMA DE VERDURES  
GUISAT DE POLLASTRE  
FRUITA

26

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN  
"COCIDO" DE VEDELLA, COL I PATATA (SENSE  
CIGRONS)  
FRUITA

27

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

28

AMANIDA DE PATATA, TONYINA I OU DUR  
PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN  
TOMÀQUET I OLIVES  
FRUITA

29

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA  
SEITONS ARREBOSSATS  
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE  
MORO  
I OGURT

**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