

COL. SAGRADO CORAZON

Dieta: VEGANA

Desembre - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
CHILI DE MONGETA VERMELLA I LEGUMBRETA
AMB ARRÓS BLANC
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

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

4

CREMA DE VERDURES
HAMBURGUESA VEGETAL AMB SALSA DE
XAMPINYONS
FRUITA

5

MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL DE
LEGUMBRETA
LLENTIES GUISADES AMB ALBERGÍNIA AL FORN
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
POSTRE VEGETAL DE SOJA

6

FESTIVO

7

NO LECTIVO

8

FESTIVO

11

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
WOK DE VERDURES AMB TALLARINES
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO
FRUITA

12

RECEPTA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
FRICANDÓ DE FILET VEGETAL
PURÉ DE COLIFLOR I OLI D'OLIVA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

13

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
CIGRONS SALTATS AMB VERDURES,
LEGUMBRETA I COUS COUS
FRUITA

14

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET
NATURAL I ORENGA
TOFU A LA JARDINERA
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

15

CREMA PARMENTIER
MONGETES VERMELLES GUISADES AMB
PASTANAGA
TOMÀQUET PROVENÇAL
FRUITA

18

ARRÓS AMB TOMÀQUET
CIGRONS SALTATS AMB Ceba PASTANAGA I
CARABASSÓ
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

19

GUISAT DE LLENTIES
"BURRITOS" VEGETARIANS
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

20

ESPAGUETIS A LA CREMA
MONGETES BLANQUES BULLIDES AMB OLI
D'OLIVA
VERDURES SALTADES
FRUITA

21

MENÚ ESPECIAL DE NADAL
SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
HAMBURGUESA DE LLEGUM A LA PLANXA
ENCIAM I TOMÀQUET
POSTRE VEGETAL DE SOJA

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 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