

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIVO

2

LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA
OUS REMENATS AMB VERDURES SALTADES
BROTS DE MONGETES I PASTANAGA
FRUITA

3

JORNADA FISH REVOLUTION
PASTA AMB TOMÀQUET
MONGETES VERMELLES GUISADES AMB
PASTANAGA
PATATES A DAUS
FRUITA

6

CREMA DE VERDURES
FAJITAS DE CHILI DE MONGETA VERMELLA I
LEGUMBRETA
IOGURT

7

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA
TRUITA DE PATATES
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, CEBA I
PASTANAGA
FRUITA

8

ESPIRALS AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
"BURRITOS" VEGETARIANS
AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I BLAT DE MORO
FRUITA

9

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

10

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
CARABASSA
HAMBURGUESA VEGETAL
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

13

MACARRONS A LA CARBONARA
TRUITA DE XAMPINYONS
BRÒQUIL
FRUITA

14

GUISAT DE CIGRONS
CROQUETES D' ESPINACS
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET I
PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
CIGRONS BULLITS AMB OLI
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
IOGURT

16

JORNADA DE PETRA (JORDÀNIA)
COUS COUS AMB VERDURES A L'ESTIL
JORDÀNIA
MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
PASTANAGA
AMANIDA FATTOUSH (Enciam, tomàquet,
cogombre i pa torrat)
FRUITA

17

ESPINACS SALTEJATS AMB ALL
REMENAT D'OU AMB TONYINA
FRUITA

20

ESPIRALS TRICOLOR AMB SOFREGIT DE
TOMÀQUET NATURAL I ORENGA
TRUITA DE CARBASSÓ
AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA
FRUITA

21

LLENTIES ESTOFADES
FRICANDÓ DE FILET VEGETAL
AMANIDA D' ENCIAM, PASTANAGA I
TOMÀQUET
IOGURT

22

CREMA DE CARBASSÓ
TRUITA DE PATATES
AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET, BLAT DE
MORO, CEBA I PASTANAGA
FRUITA

23

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
CHILI DE MONGETA VERMELLA I LEGUMBRETA
AMB ARRÒS BLANC
FRUITA

24

PAELLA AMB VERDURES
OUS A LA PLANXA
"PISTO MANCHEGO"
FRUITA

27

FIDEUÀ AMB VERDURES (PÈSOL, MONGETA
TENDRA, PASTANAGA, PEBROT, CEBA)
HAMBURGUESA DE LLEGUM A LA PLANXA
CARBASSÓ AL FORN
FRUITA

28

JORNADA FISH REVOLUTION
CREMA DE PASTANAGA
LASANYA VEGETAL D'ESPINACS AMB SALSA DE
TOMÀQUET I PARMESÀ
IOGURT

29

ARRÒS A LA CUBANA
LLENTIES GUISADES AMB ALBERGÍNIA AL FORN
AMANIDA VERDA
FRUITA

30

GUISAT DE CIGRONS
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

AQUI
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

SCOLAREST

Alimentació
saludable i
sostenible

COMPASS GROUP | Scolarest

AQUÍ ES CUINA 100% AMB OLI D'OLIVA

SI HEM DINAT:

CERELS, FÈCULES O LLEGUMS
VERDURES
CARN
PEIX
OU
FRUITA
LÀCTICS

PODEM SOPAR:

HORTALISSES CRUES O LLEGUMS CUITS
CERELS 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