

COL. SAGRADO CORAZON

Dieta: VEGETARIANA

Octubre - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

PAELLA AMB VERDURES
CIGRONS SALTEJATS AMB ALL I JULIVERT
CARBASSÓ A LA PROVENÇAL
FRUITA

3

CREMA DE CARBASSÓ
TRUITA A LA FRANCESA
ARRÒS INTEGRAL
FRUITA

4

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
CROQUETS D' ESPINACS
ENCIAM, TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

5

JORNADA ESTÀTUA DE LA LLIBERTAT
MAC&CHEESE (MACARRONS AMB FORMATGE)
HAMBURGUESA VEGETAL
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET I PASTANAGA RATLLADA
"GRAN POMA" AL FORN

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
REMENAT D' OU AMB FORMATGE
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, PASTANAGA I OLIVES
GELAT

9

CREMA DE VERDURES
PÈSOLS AMB CEBÀ
PATATES A DAUS
IOGURT

10

ARRÒS A LA CUBANA
TRUITA DE PATATES
AMANIDA D' ENCIAM, OLIVES, COGOMBRE I BLAT DE MORO
FRUITA

11

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
BULLIT VEGETARIÀ (PATATA, CABDELL I OU CUIT)
FRUITA

12

FESTIVO

13

NO LECTIVO

16

CREMA DE CARBASSÓ I COLIFLOR
OUS A LA PLANXA
PATATA AL FORN
FRUITA

17

RECEPTA FISH REVOLUTION
GALETS AMB ALLADA
FRICANDÓ DE FILET VEGETAL
AMANIDA VERDA
IOGURT

18

LLENTIES ESTOFADES
TRUITA DE XAMPINYONS
ENCIAM I CEBÀ
FRUITA

19

MACARRONS (INTEGRALS) AMB SALSA DE CARABASSA I FORMATGE
PÈSOLS AMB PATATES
FRUITA

20

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
HAMBURGUESA VEGETAL
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

23

ESPAGUETIS AMB SAMFAINA
LLENTIES A LA VINAGRETA
FRUITA

24

MONGETES BLANQUES ESTOFADES
TRUITA DE PATATES
ENCIAM, TOMÀQUET I BLAT DE MORO
GELAT

25

JORNADA FISH REVOLUTION
ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
ROTLLS DE PRIMAVERA
PATATES FREGIDES
FRUITA

26

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
BULLIT VEGETARIÀ (PATATA, CABDELL I OU CUIT)
FRUITA

27

CREMA DE PORROS NATURAL AMB CROSTONS
MONGETES TENDRES AMB SALSA BOLONYESA VEGETAL
PATATA I CEBÀ
FRUITA

30

ARRÒS AMB TOMÀQUET
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM I TOMÀQUET
IOGURT

31

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
CREMA DE CARBASSA I MONIATO
HAMBURGUESA VEGETAL
PATATES FREGIDES
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

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