

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

MONGETES TENDRES AMB PATATES
POLLASTRE (CONTRACUIXA) AMB LLIMONA
ENCIAM I BLAT DE MORO
IOGURT NATURAL

2

ESPAGUETIS NAPOLITANA (AMB
TOMÀQUET I OLIVES NEGRES)
SUPREMA DE LLUÇ ARREBOSSADA
AMANIDA VERDA
FRUITA

3

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT
DE MORO I PASTANAGA)
SECRET DE PORC AI FORN
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

6

FESTIU

7

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
TEMPURA CRUIXENT D'ABADEJO
ENCIAM I REMOLATXA
FRUITA

8

AMANIDA DE PASTA TRICOLOR
TRUITA DE FORMATGE AMB CIBULET
ENCIAM I REMOLATXA
FRUITA

9

MONGETES BLANQUES AMB PORRO I
SALSA DE CÚRCUMA
CROQUETES DE PERNIL
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

10

CREMA DE CARBASSÓ I COLIFLOR AMB
CROSTONS
MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL
DE LEGUMBRETA
IOGURT NATURAL

13

AMANIDA ALEMANYA
CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT
AMB ROMANÍ
AMANIDA D' ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

14

GALETS AMB TOMÀQUET
FILET D'AGULLA DE PORC AI FORN AMB
BRESA DE CEBA I PEBROT
FRUITA

15

LLENTIES ESTOFADES DE L'ÀVIA
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

16

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL,
PASTANAGA, PATATA)
MANDONGUILLES A LA JARDINERA
IOGURT NATURAL

17

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
MEDALLÓ DE SALMÓ AI FORN AMB
HERBES PROVENÇALS I LLIMONA
TOMÀQUET A DAUS
FRUITA

20

TALLARINES AMB TOMÀQUET I FORMATGE
TRUITA FRANCESA
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

21

CREMA DE PÈSOLS
POLLASTRE ROSTIT AMB SALSÀ BARBACOA
PATATES XIPS
FRUITA

22

MENÚ ESPECIAL DE FI DE CURS
AMANIDA DE PATATES, OU I BLAT DE
MORO
PIZZA DE PERNIL, TOMÀQUET I FORMATGE
GELAT

AQUÍ ES
CUINA
100% AMB
OLI
D'OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program

Be Curious
Skoolarest

¡CONVIÉRTETE
EN SU GUARDIÁN!

FISH
REVOLUTION

SABOREANDO
LOS
MARES

Grow
FOOD
BANKS

*Es donarà PA INTEGRAL tots els dimecres.

Què mengem per sopar avui?

dilluns	dimarts	dimecres	diïous	divendres
		1 ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA TRUITA DE CARBASSÓ FRUITA	1 CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONETS DE PA CONILL AMB ALLADA IOGURT	3 MINESTRA DE VERDURES AMB PERNIL SALMÓ A L'CANADENCA IOGURT
6	7 PANATXÉ DE VERDURES SALTEJADES POLLASTRE A LA MOSTASSA IOGURT	8 BORRATGES AMB PATATES CONILL ROSTIT AMB LLIMONA I FARIGOLA IOGURT	9 SOPA D'ESTELS REMENAT D'ALL I GAMBES IOGURT	10 RISOTTO AMB VERDURES TRUITA A LA NAVARRA FRUITA
13 CARXOFES AMB PERNIL DAURADA AL FORN IOGURT	14 SOPA JULIANA (AMB VERDURES) FILET DE GALL DINDI AMB CREMA DE FORMATGES IOGURT	15 RISOTTO DE BOLETS POLLASTRE A LA PEPITORIA IOGURT	16 PÈSOLS AMB CEBA REGIRAT DE MOZZARELLA I ANET FRUITA	17 LASANYA VEGETAL D'ESPINACS AMB SALSINA DE TOMÀQUET I PARMESÀ BISTEC DE MAGRA A LES FINES HERBES IOGURT
20 PASTÍS DE PATATA I ALBERGINIA GRATINADA ROTI DE GALL DINDI ROSTIT AMB PASTANAGA IOGURT	21 SOPA DE VERDURES I ORDI CONILL CONFITAT IOGURT	22 MACARRONS AMB VERDURES I TOMÀQUET SALMÓ AMB TARONJA FRUITA		



AITOR SANCHEZ

Aprèn a menjar sa amb L'Aitor Sánchez i Scolarest

ACEITES DE OLIVA DE ESPAÑA I COMPASS GROUP | SCOLAREST T'OFEREIXEN UN PROGRAMA PRÀCTIC, PROGRESSIU I FLEXIBLE PER TRANSFORMAR ELS TEUS HÀBITS ALIMENTARIS I MILLORAR LA QUALITAT DE VIDA DE TOTA LA FAMÍLIA.



SI HEM DINAT:	PODEM SOPAR:
CERELS, FÈCULES O LLEGUMS	HORTALISSES CRUES O LLEGUMS CUITS
VERDURES	CERELS O FÈCULES
CARN	PEIX O OU
PEIX	CARN MAGRA O OU
OU	PEIX O CARN MAGRA
FRUITA	LÀCTICS O FRUITA
LÀCTICS	FRUITA

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.