

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
FESTIU	FESTIU	FESTIU	FESTIU	FESTIU
8	9	10	11	12
LLENTIES AMB VERDURES (CEBA I PEBROT) TRUITA DE CARBASSÓ AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA FRUITA	ARRÒS AMB SAMFAINA ESTOFAT DE PORC AMANIDA DE ENCIAM, TOMÀQUET I BLAT DE MORO FRUITA	CREMA DE VERDURES AMB CROSTONETS DE PA FIDEUÀ DE CARN FRUITA	SOPA MINISTRONE FILET DE LLUÇ A LA LLAUNA (AMB MONGETES) FRUITA	PATATES ESTOFADES AMB VERDURES POLLASTRE AMB ALLADA AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, PASTANAGA I BLAT DE MORO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE
15	16	17	18	19
MACARRONS AMB TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT GALL SANT PERE AL FORN ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA	MONGETES BLANQUES ESTOFADES TRUITA DE PATATA I CEBA ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA	VERDURA TRICOLOR (BRÒCOLI, PASTANAGA, COLIFLOR) ESCALOPINS DE POLLASTRE ARREBOSSATS ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA FRUITA	CREMA DE CARBASSA COUS COUS AMB SALTEJAT DE VERDURES I CIGRONS IOGURT NATURAL SENSE SUCRE	ARRÒS INTEGRAL AMB TOMÀQUET FILET DE LLUÇ A LA PLANXA ENCIAM I REMOLATXA FRUITA
22	23	24	25	26
LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA TRUITA DE PERNIL CUIT ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA	ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET CROQUETES DE BACALLÀ ENCIAM I COGOMBRE FRUITA	ARRÒS CANTONÈS AMB TRUITA, PASTANAGA I PÈSOLS FILET DE MAGRA A LA PLANXA AMANIDA VERDA FRUITA	ESCUDELLA FILET DE LLUÇ A LA MUSSOLINA D' ALL IOGURT NATURAL SENSE SUCRE	MONGETES TENDRES AMB PATATES POLLASTRE AL FORN ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA FRUITA
29	30	31		
SOPA D' AU CASOLANA SALMÓ AL FORN ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA	PAELLA AMB VERDURES TRUITA A LA FRANCESA ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA	CREMA DE PORROS NATURAL AMB CROSTONS CIGRONS GUIATS AMB SÍPIA FRUITA		



*Es donarà PA INTEGRAL tots els dimecres.

Què mengem per sopar avui?

dilluns	dimarts	dimecres	diïous	divendres
1	2	3	3	5
8	9	10	11	12
CREMA DE CARBASSÓ I FORMATGE CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES ENCIAM I COGOMBRE IOGURT	PÈSOLS AMB PERNIL SALMÓ AL FORN ESPÀRRECS AMB OLI D'OLIVA IOGURT	BRÒCOLI AMB PORRO TRUITA A LA FRANCESA AMANIDA VERDA IOGURT	ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA) HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL IOGURT	ESPINACS AMB PASTANAGA PIZZA ROMANA AMB TOMÀQUET FORMATGE I PERNIL FRUITA
15	16	17	18	19
PATATES GUISADES AMB VERDURES FILET DE LLUÇ A LA PLANXA PASTANAGA RATLLADA IOGURT	SALTAT DE CARBASSA I PASTANAGA AMB SÈSAM I OLI D'OLIVA FILET DE GALL DINDI A LA PLANXA AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, REMOLATXA I PASTANAGA IOGURT	SOPA DE VERDURES BACALLÀ EN Salsa DE TOMÀQUET ALFÀBREGA I OLIVA PATATES A DAUS IOGURT	MONGETES TENDRES AL NATURAL TRUITA DE XAMPINYONS COGOMBRE FRUITA	COLIFLOR GRATINADA AMB FORMATGE CONILL AMB ALLADA MONIATO ROSTIT IOGURT
22	23	24	25	26
CREMA DE CARBASSÓ FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA IOGURT	VERDURA TRICOLOR (BRÒCOLI, PASTANAGA, COLIFLOR) OUS REMENATS AMB VERDURES SALTADES TOMÀQUET CHERRY IOGURT	MINESTRA DE VERDURES AMB PERNIL "BURRITOS" VEGETARIANS ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES IOGURT	MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL DE LEGUMBRETA PIT DE GALL DINDI A LA PLANXA ENCIAM I COGOMBRE FRUITA	CARBASSÓ FARCIT DE QUINOA GRATINAT OUS A LA PLANXA SAMFAINA DE CARBASSA, OLI D'OLIVA I ALFÀBEGA IOGURT
29	30	31		
PÈSOLS AMB Ceba LASANYA D' ALBERGINIA, MOZARELLA, TOMÀQUET I ALFÀBREGA IOGURT	MONGETES TENDRES AL NATURAL POLLASTRE ROSTIT PURÉ DE COLIFLOR I OLI D' OLIVA IOGURT	MACARRONS AMB VERDURES MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC ENCIAM I COGOMBRE IOGURT		



Scolarest

Una experiència **gastronòmica**,

SALUDABLE, SEGURA I SOSTENIBLE



Experiències
gastronòmiques
saludables per
a totes les edats.



Creem espais
d'aprenentatge,
relació i convivència.



Vetllem per
la seguretat dels
nostres comensals.



Tenim cura del planeta.

www.scolarest.es

Temporada TARDOR - HIVERN

Fes els sopars amb productes
de temporada.

VERDURES



Carabassa
Remolatxa
Espinacs
Ceba blanca
Ceba
vermella
Porro



All fresc
Col
Llombarda
Cols de
Brussel·les
Coliflor
Bròquil



Escarola
Api
Pastanaga
Cabdell
Enciams
Bledes
Patates

PEIXOS

Bonítol
del nord
Verat
Orada
Castanyola

Melva
Anfós
Llobarro
Peix
espasa



Salmó
Sèpia
Truita



FRUITES

Pera
Plàtan
Poma
Taronja



Kiwi
Mandarina
Alvocat
Meló



Raim
Maduixa
Magrana



NOTES:

Segueix-nos a xarxes per
conèixer millor els nostres projectes:

in



@

