

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 ESPAGUETIS CARBONARA (AMB CREMA DE LLET I TIRES DE BACÓ) FILET DE MAGRA A LA PLANXA ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA
4 CREMA DE CARBASSA MANDONGUILLES AMB Salsa I PATATES A DAUS FRUITA	5 SOPA DE LLETRES AMB CIGRONS TRUITA DE PATATES TOMÀQUET AMANIT IOGURT NATURAL SENSE SUCRE	6 PAELLA AMB VERDURES POLLASTRE AL FORN AMB BRESA DE Ceba I PEBROT FRUITA	7 MONGETES BLANQUES AMB JULIANA DE VERDURA AL CURRI CROQUETES DE PERNIL ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA	8 MACARRONS (INTEGRAL) A LA NORMA SORELL AMB ALLETS EN Salsa DE TOMÀQUET AMANIDA DE REMOLATXA IOGURT NATURAL SENSE SUCRE
11 MONGETES TENDRES AMB PATATES POLLASTRE ROSTIIT ENCIAM FRUITA	12 ARRÒS INTEGRAL AMB TOMÀQUET I Ceba ESTOFAT DE PORC FRUITA	13 FIDEUS A LA CASSOLA FILET D'ABADEJO ENFARINAT ENCIAM I BROTS DE MONGETES FRUITA	14 SOPA MINISTRONE COCA DE VERDURES AMB BOLONYESA DE LEGUMBRETA FRUITA	15 LLENTIES ESTOFADES TRUITA DE TONYINA ENCIAM I BLAT DE MORO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE
18 ESPIRALS GRATINATS AMB Salsa DE TOMÀQUET I VERDURES POLLASTRE AMB ALLADA FRUITA	19 BRÒQUIL GRATINAT ESTOFAT DE CIGRONS AMB SECRET DE PORC FRUITA	20 ARRÒS AMB TOMÀQUET FILET DE LLUÇ AL FORN I GNOCCHI AMB PESTO DE COL LLOMBARDA FRUITA	21 SOPA D'AU CASOLANA ESTOFAT DE CALAMARS AMANIDA D'ENCIAM, Ceba I PASTANAGA IOGURT NATURAL SENSE SUCRE	22 MONGETES VERMELLES GUISADES AMB PASTANAGA TRUITA DE CARBASSÓ ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA FRUITA
25 FESTIU	26 FESTIU	27 FESTIU	28 FESTIU	29 FESTIU



*Es donarà PA INTEGRAL tots els dimecres.

Què mengem per sopar avui?

dilluns	dimarts	dimecres	diïous	divendres
				1 MINESTRA DE VERDURES TRUITA A LA FRANCESA AMANIDA VERDA IOGURT
4 VERDURA TRICOLOR (BRÒCOLI, PASTANAGA, COLIFLOR) SALMÓ AL FORN SOBRE LLIT D' ESPINACS ESPÀRRECS AMB OLI D' OLIVA IOGURT	5 PATATES GUISADES AMB PASTANAGA FILET DE GALL DINDI A LA PLANXA PASTANAGA RATLLADA FRUITA	6 MONGETES TENDRES AL NATURAL FILET DE LLUÇ EN SALSA AMB VERDURES ALBERGÍNIA AL FORN IOGURT	7 CARBASSÓ FARCIT DE QUINOA GRATINAT OUS FREGITS AMB SAMFAINA RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL IOGURT	8 BRÒCOLI AMB PORRO TRUITA A LA FRANCESA AMANIDA VERDA IOGURT
11 ALBERGÍNIA A LA PLANXA TRUITA DE XAMPINYONS ENCIAM I TOMÀQUET IOGURT	12 COLIFLOR GRATINADA AMB FORMATGE HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA AMANIDA VERDA IOGURT	13 CREMA DE VERDURES CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL IOGURT	14 ESPINACS AMB PASTANAGA FILET DE BACALLÀ AL FORN ENCIAM I COGOMBRE IOGURT	15 CARXOFES AMB TOMÀQUET HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA AMANIDA VERDA IOGURT
18 PÈSOLS AMB CEBA TRUITA A LA FRANCESA AMANIDA VERDA IOGURT	19 SAMFAINA DE CARBASSA, OLI D'OLIVA I ALFABEGA FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA ENCIAM I TOMÀQUET IOGURT	20 SAMFAINA DE CARBASSÓ I ALBERGÍNIA CINTA DE LLOM A LA PLANXA PASTANAGA RATLLADA IOGURT	21 CARBASSÓ AL FORN CONILL ROSTIT AMB LIMONA I FARIGOLA PEBROS VERMELLS FRUITA	22 CREMA DE CARBASSÓ I COLIFLOR AMB CROSTONS MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC VERDURES AL FORN IOGURT
25	26	27	28	29

NOTES:

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

