

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

□

□

1 653 Kcal. P.: 26 HC.: 24 L.: 48 G.: 13

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

2 586 Kcal. P.: 20 HC.: 58 L.: 19 G.: 4

ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET I
FORMATGE RATLLAT
CALDERETA DE DAUS DE RAP AMB
CALAMARS
FRUITA

3 718 Kcal. P.: 13 HC.: 48 L.: 37 G.: 10

LLIURE DISPOSICIÓ

6

FESTIU

7 738 Kcal. P.: 12 HC.: 29 L.: 57 G.: 16

AMANIDA CAMPERA
SALSITXES DE PORC AMB TOMÀQUET
FRUITA

8 758 Kcal. P.: 15 HC.: 50 L.: 34 G.: 5

ARRÒS AMB TOMÀQUET
TEMPURA CRUIXENT D'ABADEJO
AMANIDA VERDA
FRUITA

9 721 Kcal. P.: 12 HC.: 43 L.: 43 G.: 9

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
PIZZA ROMANA AMB TOMÀQUET
FORMATGE I PERNIL
FRUITA

10 742 Kcal. P.: 12 HC.: 43 L.: 39 G.: 6

EMPEDRAT DE MONGETA BLANCA
(TOMÀQUET, PEBROT, CEBA)
CROQUETES DE PERNIL
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

13

611 Kcal. P.: 25 HC.: 29 L.: 45 G.: 11

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

14 687 Kcal. P.: 14 HC.: 51 L.: 33 G.: 10

ARRÒS AMB TOMÀQUET
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
PATATES A DAUS
FRUITA

15 756 Kcal. P.: 15 HC.: 38 L.: 42 G.: 7

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

16 571 Kcal. P.: 19 HC.: 30 L.: 48 G.: 16

BRÒQUIL BULLIT AMB PATATES
MANDONGUILLES A LA JARDINERA
IOGURT

17 774 Kcal. P.: 15 HC.: 41 L.: 40 G.: 6

ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET
MEDALLÓ DE SALMÓ AI FORN AMB
HERBES PROVENÇALS I LLIMONA
TOMÀQUET A DAUS
FRUITA

20

591 Kcal. P.: 14 HC.: 30 L.: 53 G.: 10

AMANIDA OLIVIER (PATATA,
PASTANAGA, PÈSOL, MONGETA
TENDRA, TONYINA, OU, OLIVES I
MAIONESA)
TRUITA FRANCESA
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

21 742 Kcal. P.: 21 HC.: 34 L.: 43 G.: 13

CREMA DE CARBASSA
POLLASTRE ROSTIT AMB SALS
BARBACOA
PATATES XIPS
FRUITA

22 865 Kcal. P.: 13 HC.: 38 L.: 48 G.: 18

MENÚ ESPECIAL DE FI DE CURS
AMANIDA VARIADA (ENCIAM,
TOMÀQUET, OU DUR, PASTANAGA)
HAMBURGUESA COMPLETA
PATATES XIPS
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

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:
CEREAIS, FÈCULES O LLEGUMS	HORTALISSES CRUES O LLEGUMS CUITS
VERDURES	CEREAIS 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.