

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

2

1 557 Kcal. P.: 21 HC.: 39 L.: 37 G.: 9

CREMA DE VERDURES
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL AMB
POMA
FRUITA

2 840 Kcal. P.: 11 HC.: 51 L.: 35 G.: 8

ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET
SAN JACOBO DE GALL DINDI I
FORMATGE AL FORN
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
I OGURT DE SABOR

3 575 Kcal. P.: 17 HC.: 61 L.: 20 G.: 3

PAELLA AMB VERDURES
MEDALLÓ DE BACALLÀ A LA LLAUNA
FRUITA

6 858 Kcal. P.: 15 HC.: 30 L.: 52 G.: 14

LLENTIES ESTOFADES
SALSITXES DE PORC AMB TOMÀQUET
ENCIAM, TOMÀQUET I BROTS DE
MONGETA (MUNGO)
FRUITA

7 647 Kcal. P.: 10 HC.: 48 L.: 40 G.: 8

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
PIZZA
FRUITA

8 737 Kcal. P.: 20 HC.: 32 L.: 46 G.: 13

MONGETES TENDRES AMB PATATES
ESTOFAT DE VEDELLA
AMANIDA D'ENCIAM, OLIVES I BLAT DE
MORO
NATILLES

9 796 Kcal. P.: 12 HC.: 43 L.: 42 G.: 8

MACARRONS A LA BOLONYESA
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

10 645 Kcal. P.: 14 HC.: 63 L.: 21 G.: 4

RECEPTA FISH REVOLUTION
ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
MANDONGUILLES DE LLUÇ I POTA
ESTOFADES A LA JARDINERA
FRUITA

13 616 Kcal. P.: 20 HC.: 41 L.: 34 G.: 10

CIGRONS ESTOFATS
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
AMB BRESA DE CEBA I PEBROT
FRUITA

14 610 Kcal. P.: 19 HC.: 36 L.: 43 G.: 12

CANELONS AMB BEIXAMEL I
FORMATGE
TRUITA DE TONYINA
FRUITA

15 745 Kcal. P.: 16 HC.: 33 L.: 49 G.: 10

SOPA DE PISTONS
FILET DE POLLASTRE ARREBOSSAT
ENCIAM I OLIVES
FRUITA

16 643 Kcal. P.: 13 HC.: 41 L.: 44 G.: 13

CREMA DE CARBASSA
HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA
PATATA PANADERA
FLAM DE VAINILLA

17 629 Kcal. P.: 18 HC.: 34 L.: 45 G.: 8

BRÒQUIL BULLIT AMB PATATES
SEITONS A L'ANDALUSA
AMANIDA VERDA
FRUITA

20 955 Kcal. P.: 47 HC.: 21 L.: 28 G.: 5

MONGETES BLANQUES ESTOFADES
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
GELATINA

21 593 Kcal. P.: 19 HC.: 56 L.: 22 G.: 3

MACARRONS AMB TOMÀQUET
DAUS DE RAP AMB SALS
ENCIAM I CEBA
FRUITA

22 620 Kcal. P.: 14 HC.: 34 L.: 49 G.: 13

ESPINACS AMB PATATES
MANDONGUILLES A LA JARDINERA
ENCIAM I REMOLATXA
FRUITA

23 511 Kcal. P.: 21 HC.: 52 L.: 23 G.: 4

ESCUDELLA AMB GALETS
ESTOFAT DE GALL DINDI
FRUITA

24 760 Kcal. P.: 10 HC.: 54 L.: 33 G.: 5

FIDEUÀ DE PEIX
CROQUETES DE PERNIL
FRUITA

27 626 Kcal. P.: 20 HC.: 38 L.: 36 G.: 10

LLENTIES ESTOFADES
TRUITA DE FORMATGE
FRUITA

28 679 Kcal. P.: 17 HC.: 38 L.: 43 G.: 8

FIDEUS A LA CASSOLA
NUGGETS DE POLLASTRE
FRUITA

29 522 Kcal. P.: 26 HC.: 34 L.: 38 G.: 11

SOPA DE PASTA
ESTOFAT DE PORC
ENCIAM I COGOMBRET
I OGURT NATURAL

30 632 Kcal. P.: 14 HC.: 57 L.: 27 G.: 4

ARRÒS AMB TOMÀQUET
LLUÇ AMB SALS VERDA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

31 596 Kcal. P.: 20 HC.: 36 L.: 41 G.: 10

CREMA DE CARBASSÓ
VEDELLA AMB SALS DE BOLETS
AMANIDA DE REMOLATXA
FRUITA

AQUI
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

NOTES: **Legenda:** Kcal.: Kilocalories (Energia) / P: Proteïnes / H: Hidrats de Carboni / L: Lípids / G: Àcids Grassos Saturats. Valors de nutrients expressats en % sobre energia total. Aportacions calòriques teòriques calculades per a nens/es de 6 a 9 anys. Els nostres menús inclouen PA i la beguda serà AIGUA.

SCOLAREST

Alimentació
saludable i
sostenible

COMPASS GROUP | Scolarest

AQUÍ ES CUINA 100% AMB OLI D'OLIVA

SI HEM DINAT:

CERELS, FÈCULES O LLEGUMS
VERDURES
CARN
PEIX
OU
FRUITA
LÀCTICS

PODEM SOPAR:

HORTALISSES CRUES O LLEGUMS CUITS
CERELS 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 BENESTAR 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