

DILLUNS

DIMARTS

DIAMES

DIJOUS

DIVENDRES

25 732 Kcal. P.: 15 HC.: 46 L.: 36 G.: 11
FIDEJÀ DE PEIX
MANDONGUILLES AMB PASTANAGA I PÈSOLS
FRUITA

26 673 Kcal. P.: 9 HC.: 40 L.: 48 G.: 10
CREMA DE PASTANAGA AMB CROSTONS
SAN JACOBO DE GALL DINIDI I FORMATGE AL FORN
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE MORO
IOGURT

27 632 Kcal. P.: 14 HC.: 55 L.: 29 G.: 5
IONNADAPERI REVOLUTION
ARRÒS THAI
FILET DE LLUÇ AMB TAPENADE VERD I RATATOUILLE
FRUITA

28 638 Kcal. P.: 16 HC.: 39 L.: 41 G.: 7
CIGRONS ESTOFATS
TRUITA FRANCESA AMB ORENGA
TOMÀQUET I OLIVES
FRUITA

29 458 Kcal. P.: 18 HC.: 36 L.: 44 G.: 14
VERDURA TRES COLORS (MONGETA, PASTANAGA I PATATA)
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
FRUITA

18 632 Kcal. P.: 19 HC.: 38 L.: 39 G.: 8
LLENTIES ESTOFADES
TRUITA FRANCESA AMB PERNIL CUIT
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)
FRUITA

19 709 Kcal. P.: 17 HC.: 47 L.: 33 G.: 8
PAELLA AMB VERDURES
POLLASTRE AMB LIMONA
TOMÀQUET I PASTANAGA
FRUITA

20 537 Kcal. P.: 15 HC.: 40 L.: 43 G.: 13
CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB CROSTONS
HAMBURGUESA MIXTA AMB SAMFAINA (Carbassó, pebroi, albergínia i tomàquet)
FRUITA

21 677 Kcal. P.: 19 HC.: 52 L.: 28 G.: 5
MACARRONS NAPOLITANA
FILET D'ABADEJO AL FORN
ENCIAM I CEBA
FRUITA

22 596 Kcal. P.: 18 HC.: 32 L.: 47 G.: 17
BRÒQUIL BULLIT AMB PATATES
SECRET DE PORC ESTOFAT
GELAT

FESTIU

12 507 Kcal. P.: 13 HC.: 50 L.: 33 G.: 10
CREMA DE CARBASSA
CANELONS AMB BEIXAMEL I FORMATGE
FRUITA

13 629 Kcal. P.: 21 HC.: 37 L.: 36 G.: 11
MONGETES BLANQUES ESTOFADES
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC
PATATA I CEBA
FRUITA

14 672 Kcal. P.: 21 HC.: 41 L.: 36 G.: 11
MACARRONS A LA CARBONARA
GALL SANT PERE ADOBAT AL FORN
ENCIAM I COGOMBRE
IOGURT

15 535 Kcal. P.: 20 HC.: 33 L.: 44 G.: 9
PÈSOLS SAITEJATS
SALISTYES DE POLLASTRE
TOMÀQUET FREGIT
ENCIAM I REMOLATXA
FRUITA

6 780 Kcal. P.: 13 HC.: 44 L.: 38 G.: 6
LLENTIES ESTOFADES
CROQUETES DE POLLASTRE
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO
FRUITA

7 699 Kcal. P.: 13 HC.: 47 L.: 39 G.: 10
ARRÒS BLANC AMB SOFREGIT D'ALL I TOMAQUET NATURAL
TRUITA DE FORMATGE
ENCIAM I CEBA
FRUITA

8 588 Kcal. P.: 21 HC.: 31 L.: 46 G.: 15
MONGETES TENDRES AMB PATATES
POLLASTRE ROSIT PROVENÇAL AMB POMA
GELAT



NOTES: Llegenda: Kcal.: Kilo calories (Energia) / P.: Proteïnes / H.: Hidrats de Carboni / L.: Lipids / G.: Àcids Grassos Sàlids. Valors de nutrients expressats en % sobre energia total. Aportacions calorífiques teòriques calculades per a nens/es de 6 a 9 anys. Els nostres menús inclouen PA i la beguda serà AIGUA.



MENÚ ESCOLAR CATALUNYA TRITURAT

Setembre - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTIU

PATATA, PASTANAGA I MONGEIA TENDRE

SOPA DE LETRES

CREMA DE CARBASSÓ

MONGETES BLANQUES

POLLASTRE
FRUITA

LLOM
IOGURT

OU
FRUITA

VEDELLA
FRUITA

SOPA D'ESTELS

LLENTIES

PATATA, PASTANAGA I MONGEIA TENDRE

MONGETES BLANQUES

CEBA, PASTANAGA I CARBASSÓ

POLLASTRE
FRUITA

LLOM
FRUITA

OU
FRUITA

LLOM
IOGURT

VEDELLA
FRUITA

CIGRONS

PATATA, PASTANAGA I MONGEIA TENDRE

LLENTIES

MONGETES BLANQUES

SOPA D'ESTELS

LLOM
FRUITA

VEDELLA
FRUITA

OU
FRUITA

LLOM
IOGURT

POLLASTRE
FRUITA

AQUI
ES CUISINA
100% ATRB
D'OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program

Skoolarest

CONVÉRTETE
EN SU GUARDIÁN!

FISH
REVOLUTION

SRBORERINDO
ES
MARE'S

Grow
FOOD
BANKS

NOTES: Els nostres menús inclouen PA i la beguda serà AIGUA.

COMPASS