

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

LLENTIES AMB VERDURES  
CROQUETES D' ESPINACS  
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

3

CREMA DE VERDURES  
CANELONS FARCITS DE TONYINA AMB SALS  
NATILLES

4

ARRÒS AMB VERDURES  
TRUITA DE CARBASSÓ  
ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA

5

**RECEPTA FISH REVOLUTION**  
FIDEUÀ AMB VERDURES ( PÈSOL, MONGETA  
TENDRA, PASTANAGA, PEBROT, CEBA)  
SALMÓ AI FORN AMB MOJO D'OLI D'OLIVA I  
HERBES EN LLIT DE PATATES  
FRUITA

6

ESPIRALS AMB TONYINA  
OUS REMENATS AMB FORMATGE I TOMÀQUET  
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET I PASTANAGA  
RATLLADA  
GELATINA

9

CREMA DE VERDURES AMB CROSTONETS DE  
PA  
OUS REMENATS AMB VERDURES SALTADES  
ARRÒS BLANC  
FRUITA

10

MONGETES BLANQUES ESTOFADES  
FILET D' ABADJO ARREBOSSAT  
AMANIDA (AMANIDA D' ENCIAM I TOMÀQUET)  
FRUITA

11

**OCEÀ PACÍFIC: HAWAII**  
AMANIDA HAWAIANA (Enciam, pasta tricolor,  
blat de moro i pinya)  
TRUITA FRANCESA AMB FORMATGE  
PATATA AL FORN  
GELAT

12

SOPA DE PASTA (SENSE CARN, SENSE  
PASTANAGA)  
CIGRONS AMB VERDURES  
FRUITA

13

ARRÒS AMB TOMÀQUET I CEBA  
TIRES DE CALAMAR A L'ANDALUSA  
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

16

LLENTIES ESTOFADES  
REMENAT DE PATATES I XAMPINYONS  
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE  
MORO  
IOGURT

17

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
CREMA DE PASTANAGUES I PORROS  
FRITADA FRUITI DI MARE (Tires de calamar,  
crestes de tonyina i patata marina)  
AMANIDA ITALIANA DE TOMÀQUET, CEBA I  
OLIVES AMB OLI D'ALFÀBREGA  
FRUITA

18

ARRÒS BRUT AMB VERDURES  
TRUITA DE FORMATGE  
ENCIAM I CEBA  
FRUITA

19

ESPAGUETIS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET  
NATURAL I ORENGA  
LLUÇ AMB SALS VERDA  
PÈSOLS  
FRUITA

20

SOPA DE PASTA (SENSE CARN, SENSE  
PASTANAGA)  
HAMBURGUESA VEGETAL  
GELAT

23

MACARRONS A LA ITALIANA  
FILET DE LLUÇ AL FORN  
ENCIAM I COL LLOMBARDA  
FRUITA

24

ARRÒS AMB VERDURES  
REMENAT D'OU AMB BOLETS I XAMPINYÓ  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

25

CREMA DE CARBASSÓ  
FILET DE BACALLÀ AL FORN  
TOMÀQUET I BLAT DE MORO  
FRUITA

26

MONGETES BLANQUES AMB VERDURES  
TRUITA DE TONYINA  
AMANIDA D' ENCIAM, CEBA I TOMÀQUET  
IOGURT

27

PAELLA AMB VERDURES  
HAMBURGUESA VEGETAL  
TUMBET  
FRUITA

30

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA  
LASANYA DE TONYINA  
FRUITA

31

CREMA DE PORROS NATURAL  
TRUITA FRANCESA  
ARRÒS BLANC  
FRUITA

AQUÍ ES  
CUINA  
100% AMB  
OLI  
D' OLIVA

[aprendeacomersano.org](http://aprendeacomersano.org)

STOP FOOD WASTE  
Program

Be Curious  
Skoolarest

¡CONVIÉRTETE  
EN SU GUARDIÁN!

FISH  
REVOLUTION

SABOREANDO  
LOS  
MARES

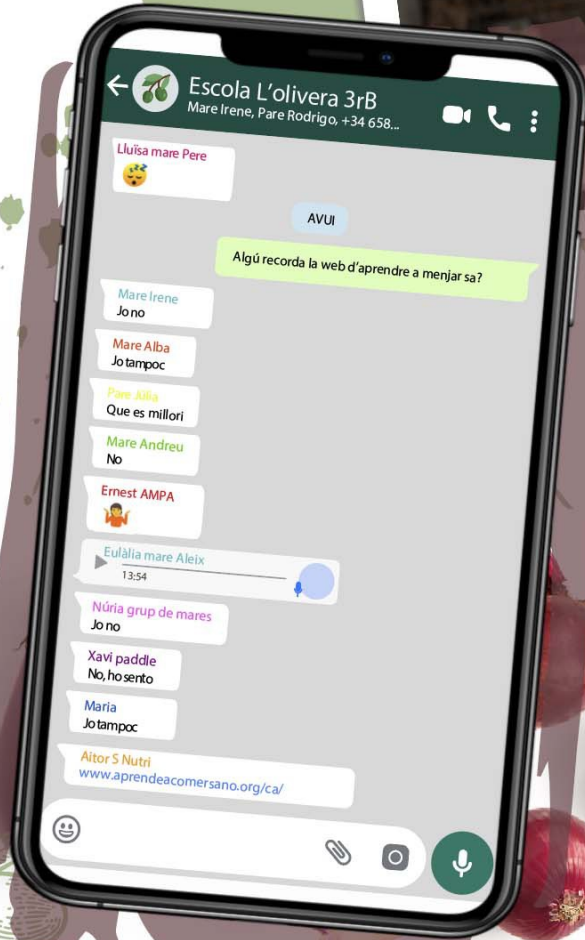
grow  
FOOD  
BANKS

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

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.