

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

PATATES ESTOFADES AMB VERDURES
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

3

CREMA DE VERDURES
CARN MAGRA AMB Salsa DE TOMÀQUET
NATILLES

4

ARRÒS AL FORN (DE VERDURES I CARN
MAGRA)
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
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB ALLADA
AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I PASTANAGA
RATLLADA
GELATINA

9

CREMA DE VERDURES
FILET DE PORC AL PEBRE
ARRÒS BLANC
FRUITA

10

PATATES SALTADES AMB VERDURA
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)
PERNILETS DE POLLASTRE
PATATA AL FORN
IOGURT

12

ESCUDELLA
CINTA DE LLOM A LA PLANXA
AMANIDA VERDA
FRUITA

13

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

16

PATATES ESTOFADES AMB VERDURES
POLLASTRE ROSTIT A L'ESTIL "CAJUN"
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE
MORO
IOGURT

17

JORNADA FISH REVOLUTION
CREMA DE PASTANAGUES I PORROS
TIRES DE LLUÇ FREGIDES AMB MAIZENA
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 Salsa VERDA
AMANIDA VERDA
FRUITA

20

SOPA D'AU AMB PASTA
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
IOGURT

23

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

24

ARRÒS AMB VERDURES
FILET DE GALL DINDI A LA PLANXA
PATATES FREGIDES
FRUITA

25

CREMA DE CARBASSÓ
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

26

PATATES GUISADES AMB VERDURES
TRUITA DE TONYINA
AMANIDA D' ENCIAM, CEBA I TOMÀQUET
IOGURT

27

ARRÒS AMB VERDURES
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
TUMBET
FRUITA

30

PATATES GUISADES AMB PASTANAGA
CARN MAGRA AMB Salsa DE TOMÀQUET
FRUITA

31

CREMA DE PORROS NATURAL
SECRET DE PORC AI FORN
ARRÒS BLANC
FRUITA

**AQUÍ ES
CUINA
100% AMB
OLI
D'OLIVA**

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program 

Skoolarest
Be Curious

**¡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.