

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

MONGETES TENDRES AMB PATATES
POLLASTRE (CONTRACUIXA) AMB LLIMONA
ENCIAM I BLAT DE MORO
IOGURT COOPERATIVA D'ÓLOT

2

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

3

LLIURE DISPOSICIÓ

6

FESTIU

7

AMANIDA DE PASTA, BLAT DE MORO I
TOMÀQUET
TRUITA DE FORMATGE AMB CIBULET
ENCIAM I REMOLATXA
IOGURT COOPERATIVA D'ÓLOT

8

ARRÒS AMB TOMÀQUET I CEBA
TEMPURA CRUIXENT D'ABADEJO
AMANIDA VERDA
FRUITA

9

LLENTIES ESTOFADES DE L'ÀVIA
CROQUETES D' ESPINACS
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

10

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL DE
LEGUMBRETA
FRUITA

13

PÈSOLS AMB PASTANAGA
CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT AMB
ROMANÍ
PATATA PANADERA
FRUITA

14

GALETS AMB TOMÀQUET
GUISAT DE GALL DINDI
ENCIAM I CEBA
FRUITA

15

MONGETES BLANQUES AMB PORRO I Salsa DE
CÚRCUMA
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

16

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
CIGRONS AMB QUINOA (ECOLÒGIC) I WOK
DE VERDURES
FRUITA

17

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ AL FORN
AMANIDA AMB BROTS DE SOIA
IOGURT COOPERATIVA D'ÓLOT

20

VICHYSOISE
POLLASTRE AL FORN AMB BRESA DE CEBA I
PEBROT
FRUITA

21

AMANIDA DE LLENTIES AMB ENCIAM,
TOMÀQUET I PASTANAGA
TRUITA DE TONYINA
AMANIDA OLIVIER
FRUITA

22

MENÚ ESPECIAL DE FI DE CURS
AMANIDA VARIADA (ENCIAM, TOMÀQUET, OU
DUR, PASTANAGA)
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
PATATES A DAUS
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.