

LA INMACULADA

Dieta: SENSE PORC

Octubre - 2022

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

AMANIDA DE PATATES, TONYINA, OU DUR I BLAT DE MORO

CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

4

RECEPTE FISH REVOLUTION

ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT
PIZZA MARINERA AMB TONYINA I XORIÇO DE LA MAR
ENCIAM I CEBA
GELAT

5

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS

TRUITA FRANCESA AMB FORMATGE
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

6

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB CROSTONS

SALMÓ A LA PLANXA
TOMÀQUET NATURAL
FRUITA

7

LLENTIES ESTOFADES AMB AROMA DE CURRI

FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
FRUITA

10

SOPA DE PASTA AMB PASTANAGA I PORRO

GALL DE SANT PERE EN TEMPURA DE BLAT DE MORO I PATATA DAU
FRUITA

11

JORNADA MEDITERRANI: FENICIS

ARRÒS MEDITERRANI AMB PANSES I PASTANAGA
POLLASTRE A LA FENICIA
ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES
IOGURT

12

FESTIVO

13

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) AMB TOMÀQUET, PASTANAGA I CEBA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

14

CREMA DE VERDURES
REMENAT MURCIÀ AMB OU CARBASSO I CEBA
FRUITA

17

GALETS SENSE GLUTEN NI OU AMB ALLADA

SEITONS A L'ANDALUSA AMB CAPONATA DE VERDURES
FRUITA

18

CREMA DE PORROS NATURAL AMB CROSTONS

CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB ALLADA
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

19

JORNADA FISH REVOLUTION

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
WOK DE DAUS DE RAP AMB VERDURES I SALSA DE SOIA
FRUITA

20

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
CIGRONS AMB ESPINACS, PATATES, PASTANAGA I PEBROT
FRUITA

21

PAELLA AMB VERDURES
TRUITA DE FORMATGE AMB CIBULET
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE MORO
IOGURT

24

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA

TEMPURA DE VERDURES
TOMÀQUET NATURAL
FRUITA

25

CREMA DE PASTANAGA I MONIATO
POLLASTRE A LA PLANXA AMB UN PUNT DE CURRI
ARRÒS BLANC
FRUITA

26

MACARRONS AMB TOMÀQUET

FREGIT DE PEIX MALLORQUÍ
FRUITA

27

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA

TRUITA DE PATATES
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

28

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN

ARRÒS AMB TOMÀQUET
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
PURÉ DE PATATES
GELATINA

31

TANCAT

AQUÍ ES CUINA
100% AMB
OU
D'OLIVA

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.

COMPASS | Scolarest

