

# LA INMACULADA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Octubre - 2022

3 681 Kcal. P.: 26 HC.: 30 L.: 42 G.: 11

AMANIDA DE PATATES, TONYINA, OU DUR I BLAT DE MORO  
CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT  
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

4 744 Kcal. P.: 13 HC.: 53 L.: 32 G.: 12

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

5 673 Kcal. P.: 12 HC.: 51 L.: 35 G.: 7

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)  
TRUITA DE PERNIL CUIT  
ENCIAM I BROTS DE MONGETES  
FRUITA

6 575 Kcal. P.: 20 HC.: 37 L.: 40 G.: 6

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB CROSTONS  
SALMÓ A LA PLANXA  
TOMÀQUET NATURAL  
FRUITA

7 747 Kcal. P.: 17 HC.: 38 L.: 41 G.: 11

LLENTIES ESTOFADES AMB AROMA DE CURRI  
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS I VERDURES  
FRUITA

10 653 Kcal. P.: 17 HC.: 42 L.: 38 G.: 7

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

11 820 Kcal. P.: 22 HC.: 39 L.: 39 G.: 11

**JORNADA MEDITERRANI: FENICIS**  
ARRÒS MEDITERRANI AMB PANSES I PASTANAGA  
POLLASTRE A LA FENÍCIA  
ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES  
IOGURT

12

FESTIVO

13 673 Kcal. P.: 10 HC.: 43 L.: 44 G.: 8

LASANYA  
CROQUETES DE POLLASTRE  
TOMÀQUET I BLAT DE MORO  
FRUITA

14 471 Kcal. P.: 14 HC.: 45 L.: 38 G.: 8

CREMA DE VERDURES  
REMENAT MURCIÀ AMB OU CARBASSO I CEBA  
FRUITA

17 812 Kcal. P.: 15 HC.: 43 L.: 40 G.: 9

ESPIRALS A LA CARBONARA  
SEITONS A L'ANDALUSA AMB CAPONATA DE VERDURES  
FRUITA

18 686 Kcal. P.: 23 HC.: 31 L.: 44 G.: 11

CREMA DE PORROS NATURAL AMB CROSTONS  
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB ALLADA  
ENCIAM I TOMÀQUET  
FRUITA

19 511 Kcal. P.: 25 HC.: 50 L.: 18 G.: 3

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA  
WOK DE DAUS DE RAP AMB VERDURES I SALSA DE SOIA  
FRUITA

20 657 Kcal. P.: 23 HC.: 46 L.: 27 G.: 7

ESCUDELLA  
BULLIT  
FRUITA

21 719 Kcal. P.: 15 HC.: 42 L.: 41 G.: 12

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

24 589 Kcal. P.: 8 HC.: 51 L.: 38 G.: 8

SOPA DE FIDEUS  
FLAMENQUÍN (YORK I FORMATGE) I CRESTES DE TONYINA  
TOMÀQUET NATURAL  
FRUITA

25 600 Kcal. P.: 19 HC.: 42 L.: 37 G.: 9

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

26 631 Kcal. P.: 17 HC.: 53 L.: 27 G.: 4

MACARRONS AMB TOMÀQUET  
FREGIT DE PEIX MALLORQUÍ  
FRUITA

27 747 Kcal. P.: 15 HC.: 37 L.: 42 G.: 8

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA  
TRUITA DE PATATES  
ENCIAM I COGOMBRE  
FRUITA

28 766 Kcal. P.: 11 HC.: 53 L.: 34 G.: 10

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
ARRÒS AMB TOMÀQUET  
HAMBURGUESA MIXTA AMB SALSA BARBACOA  
PURÉ DE PATATES  
GELATINA

31 569 Kcal. P.: 21 HC.: 43 L.: 30 G.: 5

TANCAT

AQUÍ ES CUINA  
100% AMB  
OLI  
D'OLIVA

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

STOP FOOD WASTE  
Program

Skoolarest

¡CONVIÉRTETE  
EN SU GUARDIÁN!

FISH  
REVOLUTION

SABOREANDO  
LOS  
MARES

Grow  
FOOD  
BANKS