

# LA INMACULADA

Dieta: SENSE PORC

## Setembre - 2022

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



12

MACARRONS A L' ANGLESA  
CROQUETES D' ESPINACS  
BLAT DE MORO I PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

13

ARRÒS BRUT AMB VERDURES  
FILET DE LLUÇ AMB ALLETS, CEBA I SALSÀ DE TOMÀQUET  
FRUITA

14

CREMA DE CARBASSÓ I COLIFLOR AMB CROSTONS  
WOK DE GALL DINDI AMB VERDURES  
GELAT

15

AMANIDA DE CIGRONS  
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB ALLADA  
ENCIAM I COL LLOMBARDA  
FRUITA

16

SOPA DE VERDURES AMB PASTA  
OUS FREGITS  
ARRÒS BLANC  
FRUITA

19

CREMA DE VERDURES  
FILET DE VEDELLA A LA PLANXA  
I OGURT

20

SOPA DE VERDURES AMB PASTA  
CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

21

LLENTIES AMB VERDURES  
TRUITA DE PATATES  
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE  
FRUITA

22

AMANIDA DE PASTA  
FILET D' ABADJO A LA PLANXA  
AMANIDA AMB BROS DE MONGETES I PASTANAGA  
FRUITA

23

**RECEPTA FISH REVOLUTION**  
PAELLA AMB VERDURES  
SEITONS ENFARINATS AMB ALL I JULIVERT  
AMANIDA DE TARDOR AMB CARBASSA ROSTIDA I VINAGRETA DE FORMATGE  
FRUITA

26

CREMA DE PÈSOLS AMB CROSTONS  
TRUITA DE TONYINA  
AMANIDA D' ENCIAM, PASTANAGA RATLLADA I OLIVES  
FRUITA

27

GUISAT DE CIGRONS  
SAN JACOBO DE GALL DINDI I FORMATGE AL FORN  
ENCIAM I REMOLATXA  
FRUITA

28

ARRÒS AMB VERDURES  
MANDONGUILLES DE LLUÇ AMB SALSÀ DE TOMÀQUET I ORENGA  
CARBASSÓ AL FORN  
FRUITA

29

SOPA DE VERDURES AMB PASTA  
FILET DE POLLASTRE AMB SALSÀ  
PATATA AL FORN  
GELAT

30

BRÒQUIL AMB BEIXAMEL  
CIGRONS AMB VERDURES  
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.