

LA INMACULADA

Dieta: SENSE GLUTEN

Novembre - 2022

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIVO

2

CREMA DE CARBASSA
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
FRUITA

3

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
CIGRONS AMB VERDURES
FRUITA

4

RECEPTE FISH REVOLUTION
ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I
FORMATGE
VERAT AMB ALLS EN SALSAS DE TOMÀQUET
AMANIDA VERDA
IOGURT

7

PATATES SALTADES AMB VERDURA
FILET D' ABADJO A LA PLANXA
TOMÀQUET A DAUS
FRUITA

8

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
IOGURT

9

PAELLA AMB VERDURES
OUS AMB "PISTO" EXTREMENY
FRUITA

10

JORNADA THAILENESA
PASTA SENSE GLUTEN I SENSE OU AMB
SOFREGIT DE VERDURES (PEBROT, CEBA I
PASTANAGA)
FILET DE MAGRA A LA PLANXA
FRUITA

11

BULLIT DE PATATA I MONGETA
POLLASTRE ROSTIT A L' ESTIL "CAJUN"
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

14

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA
FILET DE LLUÇ A LA PLANXA
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

15

MONGETES BLANQUES GUIADES AMB
CARABASSA
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I CEBA
FRUITA

16

CREMA DE VERDURES
POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ
PURÉ DE PATATES
FRUITA

17

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
CIGRONS AMB VERDURES
FRUITA

18

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSAS DE
TOMÀQUET CASOLANA
HALIBUT AI FORN AMB LLIMONA I CEBA
ENCIAM I OLIVES
GELATINA DE MADUIXA

21

PATATES "VIUDAS"
FILET D' ABADJO A LA PLANXA
PATATES FREGIDES
IOGURT

22

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSAS DE
TOMÀQUET CASOLANA
MANDONGUILLES AMB PASTANAGA I PÈSOLS
FRUITA

23

CREMA DE PORROS NATURAL
WOK DE GALL DINDI AMB VERDURES
FRUITA

24

SOPA DE PEIX AMB ARRÒS
TRUITA DE TONYINA
TOMÀQUET NATURAL
COMPOTA DE FRUITES

25

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I REMOLATXA
FRUITA

28

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
POLLASTRE A LA PLANXA AMB UN PUNT DE
CURRI
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

29

CREMA DE CARBASSÓ
FILET DE PORC EN SALSAS
FRUITA

30

GUISAT DE CIGRONS
TRUITA FRANCESA AMB FORMATGE
TOMÀQUET I ORENGA
IOGURT

AQUI
ES CUINA
100% AMB
OLI
D' OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program

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.

SCOLAREST

Alimentació
saludable i
sostenible

COMPASS GROUP | Scolarest

AQUÍ ES CUINA 100% AMB OLI D'OLIVA

SI HEM DINAT:

CERELS, FÈCULES O LLEGUMS
VERDURES
CARN
PEIX
OU
FRUITA
LÀCTICS

PODEM SOPAR:

HORTALISSES CRUES O LLEGUMS CUITS
CERELS O FÈCULES
PEIX O OU
CARN MAGRA O OU
PEIX O CARN MAGRA
LÀCTICS O FRUITA
FRUITA

DES DE L'INICI DEL CURS ESCOLAR 2021-2022 CUINEM TOTS ELS NOSTRES MENÚS EXCLUSIVAMENT AMB OLI D'OLIVA, REFORÇANT EL NOSTRE COMPROMÍS D'AFAVORIR EL BENESTAR DE LA TEVA FAMÍLIA A TRAVÉS D'UNA ALIMENTACIÓ SALUDABLE I SOSTENIBLE.

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.

COMPASS GROUP | Scolarest