

# LA INMACULADA

Dieta: SENSE PORC

Novembre - 2022

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIVO

2

CREMA DE CARBASSA  
PIZZA DE FORMATGE  
FRUITA

3

SOPA DE VERDURES AMB PASTA  
CIGRONS AMB VERDURES  
FRUITA

4

**RECEPTA FISH REVOLUTION**  
ARRÒS AMB TOMÀQUET  
VERAT AMB ALLS EN SALSÀ DE TOMÀQUET  
AMANIDA VERDA  
IOGURT

7

LLENTIES ESTOFADES  
FREGIT DE PEIX MALLORQUÍ  
TOMÀQUET A DAUS  
FRUITA

8

SOPA DE VERDURES AMB PASTA  
HAMBURGUESA VEGETAL  
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA  
IOGURT

9

PAELLA AMB VERDURES  
OUS AMB "PISTO" EXTREMENY  
FRUITA

10

**JORNADA THAILENESA**  
TALLARINES AMB VERDURES  
FILET D'ABADEJO AL FORN  
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  
MANDONGUILLES DE LLUÇ AMB SALSÀ  
ENCIAM I BROTS DE MONGETES  
FRUITA

15

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB  
CARABASSA  
TRUITA DE PATATES  
ENCIAM I CEBÀ  
FRUITA

16

CREMA DE VERDURES  
POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ  
PURÉ DE PATATES  
FRUITA

17

SOPA DE VERDURES AMB PASTA  
CIGRONS AMB VERDURES  
FRUITA

18

**DIA UNIVERSAL DE L'INFANT**  
MACARRONS AMB SALSÀ DE FORMATGE  
HALIBUT AI FORN AMB LLIMONA I CEBÀ  
ENCIAM I OLIVES  
GELATINA DE MADUIXA

21

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA  
FILET D'ABADEJO A L'ANDALUSA  
PATATES FREGIDES  
IOGURT

22

ESPAGUETIS NAPOLITANA AMB TOMÀQUET  
OUS REMENATS AMB VERDURES SALTADES  
FRUITA

23

CREMA DE PORROS NATURAL AMB CROSTONS  
WOK DE GALL DINDI AMB VERDURES  
FRUITA

24

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

25

SOPA DE VERDURES AMB PASTA  
NUGGETS DE POLLASTRE  
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  
CANELONS D'ESPINACS  
FRUITA

30

GUISAT DE CIGRONS  
TRUITA FRANCESA AMB FORMATGE  
TOMÀQUET I ORENGA  
IOGURT

AQUI  
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

**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