

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIVO

2

642 Kcal. P.: 9 HC.: 45 L.: 43 G.: 9

CREMA DE CARBASSA  
PIZZA  
FRUITA

3

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

ESCUDELLA  
BULLIT  
FRUITA

4

758 Kcal. P.: 19 HC.: 40 L.: 41 G.: 11

**RECEPTA FISH REVOLUTION**  
ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I  
FORMATGE  
VERAT AMB ALLS EN SALSÀ DE TOMÀQUET  
AMANIDA VERDA  
IOGURT

7

644 Kcal. P.: 20 HC.: 41 L.: 34 G.: 5

LLENTIES ESTOFADES  
FREGIT DE PEIX MALLORQUÍ  
TOMÀQUET A DAUS  
FRUITA

8

562 Kcal. P.: 17 HC.: 32 L.: 50 G.: 17

SOPA DE LLETRES  
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN  
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA  
IOGURT

9

581 Kcal. P.: 11 HC.: 59 L.: 28 G.: 6

PAELLA AMB VERDURES  
OUS AMB "PISTO" EXTREMENY  
FRUITA

10

634 Kcal. P.: 20 HC.: 51 L.: 27 G.: 6

**JORNADA THAILANDESA**  
TALLARINES AMB VERDURES  
PORC A L'ESTIL DE SIAM AMB PASTANAGA I  
XAMPINYONS  
FRUITA

11

533 Kcal. P.: 15 HC.: 43 L.: 39 G.: 7

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

14

718 Kcal. P.: 14 HC.: 57 L.: 27 G.: 5

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA  
MANDONGUILLES DE LLUÇ AMB SALSÀ  
ENCIAM I BROTS DE MONGETES  
FRUITA

15

729 Kcal. P.: 16 HC.: 38 L.: 41 G.: 7

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

16

490 Kcal. P.: 17 HC.: 47 L.: 33 G.: 7

CREMA DE VERDURES  
POLLASTRE ROSTIT AMB ROMANÍ  
PURÉ DE PATATES  
FRUITA

17

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

ESCUDELLA  
BULLIT  
FRUITA

18

651 Kcal. P.: 17 HC.: 50 L.: 30 G.: 6

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

21

812 Kcal. P.: 21 HC.: 38 L.: 38 G.: 7

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

22

755 Kcal. P.: 15 HC.: 47 L.: 36 G.: 11

ESPAGUETIS NAPOLITANA AMB TOMÀQUET  
MANDONGUILLES AMB PASTANAGA I PÈSOLS  
FRUITA

23

558 Kcal. P.: 23 HC.: 39 L.: 35 G.: 7

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

24

535 Kcal. P.: 17 HC.: 43 L.: 38 G.: 7

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

25

612 Kcal. P.: 16 HC.: 39 L.: 42 G.: 7

SOPA MINISTRONE  
NUGGETS DE POLLASTRE  
ENCIAM I REMOLATXA  
FRUITA

28

553 Kcal. P.: 20 HC.: 32 L.: 45 G.: 10

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

29

548 Kcal. P.: 13 HC.: 51 L.: 33 G.: 9

CREMA DE CARBASSÓ  
CANELONS FARCITS DE CARN AMB BEIXAMEL  
SUAU  
FRUITA

30

631 Kcal. P.: 21 HC.: 33 L.: 42 G.: 11

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

NOTES: **Llegenda:** Kcal.: Kilo-calories (Energia) / P: Proteïnes / H: Hidrats de Carboni / L: Lípids / G: Àcids Grassos Saturats. Valors de nutrients expressats en % sobre energia total. Aportacions calòriques teòriques calculades per a nens/es de 6 a 9 anys. Els nostres menús inclouen PA BLANC I INTEGRAL, i la beguda serà AIGUA.



**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