

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

□

□

□

□

□

9 776 Kcal. P.: 12 HC.: 46 L.: 37 G.: 6

LLENTIES AMB VERDURES (CEBA I PEBROT)
CROQUETES DE PERNIL
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO
FRUITA

10 753 Kcal. P.: 15 HC.: 41 L.: 42 G.: 11

ESPAGUETIS A LA CARBONARA
REMENAT D'OU AMB TONYINA
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

11 656 Kcal. P.: 23 HC.: 45 L.: 27 G.: 7

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

12 736 Kcal. P.: 15 HC.: 51 L.: 33 G.: 6

ARRÒS TRES DELÍCIES
FILET DE LLUÇ A LA LLAUNA
ENCIAM I REMOLATXA
FRUITA

13 588 Kcal. P.: 20 HC.: 38 L.: 39 G.: 9

CREMA DE VERDURES
POLLASTRE KENTUCKY
PATATA AL FORN
FRUITA

16 610 Kcal. P.: 13 HC.: 60 L.: 24 G.: 4

ARRÒS AMB TOMÀQUET
FILET DE GALL AL FORN
MINESTRA DE VERDURES
FRUITA

17 726 Kcal. P.: 17 HC.: 35 L.: 44 G.: 9

GUISAT DE CIGRONS
TRUITA DE PATATES
TOMÀQUET NATURAL
I OGURT

18 676 Kcal. P.: 14 HC.: 33 L.: 50 G.: 8

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
DELÍCIES DE POLLASTRE ORLY
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

19 625 Kcal. P.: 14 HC.: 42 L.: 41 G.: 12

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA
PURÉ DE PATATES CASERO
FRUITA

20

NO LECTIVO

23 759 Kcal. P.: 17 HC.: 48 L.: 33 G.: 5

ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET
FILET D'ABADEJO ENFARINAT
AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I POMA
FRUITA

24 679 Kcal. P.: 14 HC.: 51 L.: 33 G.: 8

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
GREIXERA D'OU
ENCIAM I COGOMBRE
I OGURT

25 462 Kcal. P.: 19 HC.: 52 L.: 26 G.: 6

ESCUDELLA
FILET DE LLUÇ AL FORN
PATATES GRATINADES
FRUITA

26 620 Kcal. P.: 19 HC.: 41 L.: 37 G.: 9

CREMA DE CARBASSA
POLLASTRE AL CURRI
ARRÒS BLANC
FRUITA

27 597 Kcal. P.: 10 HC.: 49 L.: 36 G.: 6

BULLIT MALLORQUÍ
SAN JACOBO DE GALL DINDI I FORMATGE AL
FORN
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

30 581 Kcal. P.: 14 HC.: 40 L.: 43 G.: 13

CREMA DE CARBASSÓ
MANDONGUILLES AMB PÈSOLS, PASTANAGA
I PATATES A DAUS
FRUITA

31 761 Kcal. P.: 19 HC.: 42 L.: 36 G.: 9

MACARRONS NAPOLITANA
POLLASTRE ROSTIT A L'ESTIL "CAJUN"
ENCIAM I COL LLOMBARDA
FRUITA

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

NOTES: **Legenda:** 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