

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

□

□

□

1

682 Kcal. P.: 14 HC.: 47 L.: 38 G.: 9

ARRÒS TRES DELÍCIOS (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
TRUITA DE PERNIL CUIT
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
IOGURT

2

568 Kcal. P.: 21 HC.: 39 L.: 37 G.: 9

BULLIT DE PATATA I MONGETA
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL AMB POMA
FRUITA

5

771 Kcal. P.: 13 HC.: 40 L.: 45 G.: 13

ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET
SALSITXES FRESQUES AL FORN (BAIX EN SAL)
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

6

769 Kcal. P.: 13 HC.: 43 L.: 39 G.: 6

LLENTIES ESTOFADES
CROQUETES DE POLLASTRE
ENCIAM I BROT DE MONGETES
FRUITA

7

505 Kcal. P.: 24 HC.: 35 L.: 39 G.: 13

BRÒQUIL I PATATA GRATINATS AMB
FORMATGE EDAM
GALL SANT PERE AL FORN
TOMÀQUET A DAUS
GELAT

8

454 Kcal. P.: 14 HC.: 56 L.: 26 G.: 8

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
LASANYA DE CARN AMB FORMATGE PARMESÀ
GRATINAT
FRUITA

9

750 Kcal. P.: 14 HC.: 51 L.: 33 G.: 6

JORNADA FISH REVOLUTION
ARRÒS THAI
SEITONS A L'ANDALUSA AMB CAPONATA DE
VERDURES
FRUITA

12

657 Kcal. P.: 13 HC.: 50 L.: 35 G.: 7

ARRÒS CALDÓS AMB PEIX
OUS REMENATS
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE
MORO
FRUITA

13

640 Kcal. P.: 24 HC.: 37 L.: 34 G.: 8

GUISAT DE CIGRONS
POLLASTRE AMB LLIMONA
AMANIDA D'ENCIAM, OLIVES I BLAT DE MORO
FRUITA

14

574 Kcal. P.: 22 HC.: 50 L.: 26 G.: 6

AMANIDA DE PASTA, BLAT DE MORO I
TOMÀQUET
LLUÇ A LA BASCA AMB PÈSOLS
I OGURT

15

635 Kcal. P.: 13 HC.: 37 L.: 47 G.: 13

CREMA DE PASTANAGA
MANDONGUILLES AMB SALS
TUMBET
FRUITA

16

460 Kcal. P.: 21 HC.: 51 L.: 25 G.: 4

SOPA D'AU AMB PASTA
HALIBUT AL FORN AMB PÈSOLS
TOMÀQUET NATURAL
FRUITA

19

664 Kcal. P.: 14 HC.: 39 L.: 42 G.: 6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
TIRES DE CALAMAR
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

20

709 Kcal. P.: 18 HC.: 47 L.: 33 G.: 8

PAELLA AMB VERDURES
POLLASTRE ROSTIT AMB SALS DEMI GLACE
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

21

658 Kcal. P.: 14 HC.: 27 L.: 58 G.: 15

AMANIDA OLIVIER (PATATA, PASTANAGA,
PÈSOLS, MONGETA TENDRA, TONYINA, OU,
OLIVES I MAIONESA)
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
ENCIAM
FRUITA

22

683 Kcal. P.: 20 HC.: 52 L.: 25 G.: 5

MACARRONS A LA BOLONYESA
FILET D'ABADEJO AL FORN
VERDURES
FRUITA

23

702 Kcal. P.: 10 HC.: 41 L.: 48 G.: 13

MENÚ ESPECIAL DE FI DE CURS
CREMA DE VERDURES
PIZZA
GELAT

□

□


□

□

□

**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.: Kilocalories (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