

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

531 Kcal. P.: 17 HC.: 57 L.: 21 G.: 6

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

2

665 Kcal. P.: 14 HC.: 58 L.: 27 G.: 4

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ A L'ANDALUSA
AMANIDA MIXTA
FRUITA

3

599 Kcal. P.: 14 HC.: 24 L.: 59 G.: 13

COLIFLOR AMB BEIXAMEL GRATINADA
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROT DE MONGETES
IOGURT

6

766 Kcal. P.: 13 HC.: 45 L.: 36 G.: 5

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
CROQUETES DE POLLASTRE
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

7

460 Kcal. P.: 23 HC.: 51 L.: 24 G.: 4

SOPA DE PRIMAVERA AMB PERNIL DOLÇ I OU
FILET DE LLUÇ AL FORN AMB Salsa MERY
PATATES AL VAPOR
FRUITA

8

726 Kcal. P.: 17 HC.: 48 L.: 32 G.: 8

ARRÒS AMB TOMÀQUET
POLLASTRE AMB ALLADA
VERDURES
FRUITA

9

743 Kcal. P.: 13 HC.: 44 L.: 41 G.: 11

MACARRONS SALTEJATS
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
AMANIDA MIXTA
FRUITA

10

687 Kcal. P.: 21 HC.: 27 L.: 50 G.: 16

AMANIDA DE PATATES
PASTÍS DE CARN
TOMÀQUET I OLIVES
IOGURT

13

664 Kcal. P.: 18 HC.: 48 L.: 31 G.: 5

MACARRONS GRATINATS
GALL SANT PERE ADOBAT AL FORN
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

14

813 Kcal. P.: 14 HC.: 42 L.: 43 G.: 10

ARRÒS TRES DELÍCIES
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT

15

545 Kcal. P.: 22 HC.: 43 L.: 31 G.: 8

CREMA DE VERDURES AMB CROSTONETS DE PA
FREGIT MALLORQUÍ
FRUITA

16

531 Kcal. P.: 17 HC.: 57 L.: 21 G.: 6

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

17

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

MENÚ ESPECIAL DE CARNESTOLTES
AMANIDA OLIVER (PATATA, PASTANAGA,
PÈSOL, MONGETA TENDRA, TONYINA, OU,
OLIVES I MAIONESA)
MANDONGUILLES DE LLUÇ AMB Salsa
FRUITA

20

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

SOPA D'ESTELS
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA
ENCIAM I Ceba
FRUITA

21

518 Kcal. P.: 23 HC.: 41 L.: 33 G.: 8

CREMA DE PASTANAGUES I PORROS
ESTOFAT DE PORC
FRUITA

22

664 Kcal. P.: 13 HC.: 51 L.: 34 G.: 7

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
TRUITA DE TONYINA
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

23

753 Kcal. P.: 17 HC.: 42 L.: 39 G.: 13

TALLARINES AMB TOMÀQUET I FORMATGE
MANDONGUILLES A LA JARDINERA
IOGURT

24

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

LLENTIES ESTOFADES
TIRES DE CALAMAR
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

27

NO LECTIVO

28

NO LECTIVO

AQUÍ
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

NOTAS: **Leyenda:** Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas / H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Aportes calóricos teóricos calculados para niños/as de 6 a 9 años. Nuestros menús incluyen **PAN BLANCO E INTEGRAL** y la bebida será **AGUA**.

LIBERTAD ALFONSO BAÑÓN
Servicio de Nutrición y Dietética
Dedicado a Nutrición
Colegiado Nº C.A.1000596

COMPASS
Scolarest

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

CIGRONS AMB VERDURES
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
FRUITA

2

ARRÒS AMB VERDURES (SENSE TOMÀQUET)
FILET D' ABADEJO A LA PLANXA
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

3

COLIFLOR AMB BEIXAMEL GRATINADA
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROS DE MONGETES
IOGURT DESNATAT

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

7

MONGETES TENDRES SALTEJADES
FILET DE LLUÇ AL FORN AMB SALS MERY
PATATES AL VAPOR
FRUITA

8

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS
POLLASTRE AMB ALLADA
AMANIDA VERDA
FRUITA

9

MACARRONS SALTEJATS
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

10

PATATES AL FORN
FILET D' ABADEJO AL FORN
ENCIAM I OLIVES
IOGURT DESNATAT

13

MACARRONS SALTEJATS
GALL SANT PERE ADOBAT AL FORN
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

14

ARRÒS AMB VERDURES (SENSE TOMÀQUET)
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT DESNATAT

15

CREMA DE VERDURES AMB CROSTONETS DE PA
REMENAT D'OU AMB BOLETS I XAMPINYÓ
FRUITA

16

CIGRONS AMB VERDURES
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
FRUITA

17

MENÚ ESPECIAL DE CARNESTOLTES
AMANIDA OLIVIER (PATATA, PASTANAGA,
PÈSOL, MONGETA TENDRA, TONYINA, OU,
OLIVES I MAIONESA)
FILET D' ABADEJO AMB SALS
FRUITA

20

PATATES "VIUDAS"
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

21

CREMA DE PASTANAGUES I PORROS
FILET D' ABADEJO AL FORN
FRUITA

22

ARRÒS AMB VERDURES (SENSE TOMÀQUET)
TRUITA DE TONYINA
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

23

TALLARINES AMB ALL
OUS REMENATS
IOGURT DESNATAT

24

LLENTIES ESTOFADES
FILET D' ABADEJO A LA PLANXA
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

27

NO LECTIVO

28

NO LECTIVO

AQUÍ
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.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

2

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ A L'ANDALUSA
AMANIDA MIXTA
FRUITA

3

COLIFLOR AMB BEIXAMEL GRATINADA
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
IOGURT

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
CROQUETES DE POLLASTRE
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

7

SOPA DE PRIMAVERA AMB PERNIL DOLÇ I OU
FILET DE LLUÇ AL FORN AMB SALS MERY
PATATES AL VAPOR
FRUITA

8

ARRÒS AMB TOMÀQUET
POLLASTRE AMB ALLADA
VERDURES
FRUITA

9

MACARRONS SALTEJATS
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
AMANIDA MIXTA
FRUITA

10

AMANIDA DE PATATES
PASTÍS DE CARN
TOMÀQUET I OLIVES
IOGURT

13

MACARRONS GRATINATS
GALL SANT PERE ADOBAT AL FORN
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

14

ARRÒS TRES DELÍCIES
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT

15

CREMA DE VERDURES AMB CROSTONETS DE PA
FREGIT MALLORQUÍ
FRUITA

16

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

17

MENÚ ESPECIAL DE CARNESTOLTES
AMANIDA OLIVIER (PATATA, PASTANAGA,
PÈSOL, MONGETA TENDRA, TONYINA, OU,
OLIVES I MAIONESA)
MANDONGUILLES DE LLUÇ AMB SALS
FRUITA

20

SOPA D'ESTELS
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

21

CREMA DE PASTANAGUES I PORROS
ESTOFAT DE PORC
FRUITA

22

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
TRUITA DE TONYINA
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

23

TALLARINES AMB TOMÀQUET I FORMATGE
MANDONGUILLES A LA JARDINERA
IOGURT

24

LLENTIES ESTOFADES
TIRES DE CALAMAR
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

27

NO LECTIVO

28

NO LECTIVO

AQUÍ
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.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

2

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ A L'ANDALUSA
AMANIDA MIXTA
FRUITA

3

COLIFLOR AMB BEIXAMEL GRATINADA
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
IOGURT

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
CROQUETES DE POLLASTRE
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

7

SOPA DE PRIMAVERA AMB PERNIL DOLÇ I OU
FILET DE LLUÇ AL FORN AMB SALSÀ MERY
PATATES AL VAPOR
FRUITA

8

ARRÒS AMB TOMÀQUET
POLLASTRE AMB ALLADA
VERDURES
FRUITA

9

MACARRONS SALTEJATS
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
AMANIDA MIXTA
FRUITA

10

AMANIDA DE PATATES
PASTÍS DE CARN
TOMÀQUET I OLIVES
IOGURT

13

MACARRONS GRATINATS
GALL SANT PERE ADOBAT AL FORN
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

14

ARRÒS TRES DELÍCIES
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT

15

CREMA DE VERDURES AMB CROSTONETS DE PA
FREGIT MALLORQUÍ
FRUITA

16

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

17

MENÚ ESPECIAL DE CARNESTOLTES
AMANIDA OLIVIER (PATATA, PASTANAGA,
PÈSOL, MONGETA TENDRA, TONYINA, OU,
OLIVES I MAIONESA)
MANDONGUILLES DE LLUÇ AMB SALSÀ
FRUITA

20

SOPA D'ESTELS
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA
ENCIAM I CEBÀ
FRUITA

21

CREMA DE PASTANAGUES I PORROS
ESTOFAT DE PORC
FRUITA

22

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
TRUITA DE TONYINA
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

23

TALLARINES AMB TOMÀQUET I FORMATGE
MANDONGUILLES A LA JARDINERA
IOGURT

24

LLENTIES ESTOFADES
TIRS DE CALAMAR
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

27

NO LECTIVO

28

NO LECTIVO

AQUÍ
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.

COL.LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE GAMBES

Febrer - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

2

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET D' ABADJO A LA PLANXA
AMANIDA MIXTA
FRUITA

3

COLIFLOR AMB BEIXAMEL GRATINADA
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
IOGURT

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

7

SOPA DE PRIMAVERA AMB PERNIL DOLÇ I OU
FILET D' ABADJO AL FORN
PATATES AL VAPOR
FRUITA

8

ARRÒS AMB TOMÀQUET
POLLASTRE AMB ALLADA
VERDURES
FRUITA

9

MACARRONS SALTEJATS
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
AMANIDA MIXTA
FRUITA

10

AMANIDA DE PATATES
PASTÍS DE CARN
TOMÀQUET I OLIVES
IOGURT

13

MACARRONS GRATINATS
GALL SANT PERE ADOBAT AL FORN
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

14

ARRÒS TRES DELÍCIES
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT

15

CREMA DE VERDURES AMB CROSTONETS DE PA
FREGIT MALLORQUÍ
FRUITA

16

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

17

MENÚ ESPECIAL DE CARNESTOLTES
AMANIDA OLIVIER (PATATA, PASTANAGA,
PÈSOL, MONGETA TENDRA, TONYINA, OU,
OLIVES I MAIONESA)
FILET D' ABADJO AMB Salsa
FRUITA

20

SOPA D' ESTELS
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

21

CREMA DE PASTANAGUES I PORROS
ESTOFAT DE PORC
FRUITA

22

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
TRUITA DE TONYINA
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

23

TALLARINES AMB TOMÀQUET I FORMATGE
MANDONGUILLES A LA JARDINERA
IOGURT

24

LLENTIES ESTOFADES
FILET D' ABADJO A LA PLANXA
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

27

NO LECTIVO

28

NO LECTIVO

AQUÍ
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.

COMPASS
Scolarest

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
BULLIT
FRUITA

2

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET D' ABADJO A LA PLANXA
AMANIDA MIXTA
FRUITA

3

COLIFLOR SALTEJADA
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
IOGURT

6

PATATES GUISADES AMB PASTANAGA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

7

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
FILET DE LLUÇ AL FORN AMB SALS MERY
PATATES AL VAPOR
FRUITA

8

ARRÒS AMB TOMÀQUET
POLLASTRE AMB ALLADA
VERDURES
FRUITA

9

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
AMANIDA MIXTA
FRUITA

10

AMANIDA DE PATATES
POLLASTRE AMB SALS
TOMÀQUET I OLIVES
IOGURT

13

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALS DE
TOMÀQUET CASOLANA
GALL SANT PERE ADOBAT AL FORN
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

14

ARRÒS AMB VERDURES (SENSE TOMÀQUET)
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT

15

CREMA DE VERDURES
FREGIT MALLORQUÍ
FRUITA

16

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
BULLIT
FRUITA

17

MENÚ ESPECIAL DE CARNESTOLTES
AMANIDA OLIVIER (PATATA, PASTANAGA,
PÈSOL, MONGETA TENDRA, TONYINA, OU,
OLIVES I MAIONESA)
FILET D' ABADJO AMB SALS
FRUITA

20

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA
ENCIAM I CEBÀ
FRUITA

21

CREMA DE PASTANAGUES I PORROS
ESTOFAT DE PORC
FRUITA

22

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
TRUITA DE TONYINA
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

23

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALS DE
TOMÀQUET CASOLANA
MANDONGUILLES A LA JARDINERA
IOGURT

24

PATATES AMANIDES
GUISAT DE CALAMARS
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

27

NO LECTIVO

28

NO LECTIVO

AQUÍ
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.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

2

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ A L'ANDALUSA
AMANIDA MIXTA
FRUITA

3

COLIFLOR AMB BEIXAMEL GRATINADA
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
IOGURT

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
CROQUETES DE POLLASTRE
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

7

SOPA DE PRIMAVERA AMB PERNIL DOLÇ I OU
FILET DE LLUÇ AL FORN AMB SALS MERY
PATATES AL VAPOR
FRUITA

8

ARRÒS AMB TOMÀQUET
POLLASTRE AMB ALLADA
VERDURES
FRUITA

9

MACARRONS SALTEJATS
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
AMANIDA MIXTA
FRUITA

10

AMANIDA DE PATATES
PASTÍS DE CARN
TOMÀQUET I OLIVES
IOGURT

13

MACARRONS GRATINATS
GALL SANT PERE ADOBAT AL FORN
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

14

ARRÒS TRES DELÍCIES
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT

15

CREMA DE VERDURES AMB CROSTONETS DE PA
FREGIT MALLORQUÍ
FRUITA

16

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

17

MENÚ ESPECIAL DE CARNESTOLTES
AMANIDA OLIVIER (PATATA, PASTANAGA,
PÈSOL, MONGETA TENDRA, TONYINA, OU,
OLIVES I MAIONESA)
MANDONGUILLES DE LLUÇ AMB SALS
FRUITA

20

SOPA D'ESTELS
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

21

CREMA DE PASTANAGUES I PORROS
ESTOFAT DE PORC
FRUITA

22

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
TRUITA DE TONYINA
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

23

TALLARINES AMB TOMÀQUET I FORMATGE
MANDONGUILLES A LA JARDINERA
IOGURT

24

LLENTIES ESTOFADES
TIRES DE CALAMAR
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

27

NO LECTIVO

28

NO LECTIVO

**AQUÍ
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.

COL.LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE LACTOSA

Febrer - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

2

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ A L'ANDALUSA
AMANIDA MIXTA
FRUITA

3

COLIFLOR SALTEJADA
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
POSTRE VEGETAL DE SOJA

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

7

SOPA DE PRIMAVERA AMB PERNIL DOLÇ I OU
FILET DE LLUÇ AL FORN AMB SALS MERY
PATATES AL VAPOR
FRUITA

8

ARRÒS AMB TOMÀQUET
POLLASTRE AMB ALLADA
VERDURES
FRUITA

9

MACARRONS SALTEJATS
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
AMANIDA MIXTA
FRUITA

10

AMANIDA DE PATATES
PASTÍS DE CARN
TOMÀQUET I OLIVES
POSTRE VEGETAL DE SOJA

13

MACARRONS AMB TOMÀQUET
GALL SANT PERE ADOBAT AL FORN
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

14

ARRÒS TRES DELÍCIES
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

15

CREMA DE VERDURES AMB CROSTONETS DE PA
FREGIT MALLORQUÍ
FRUITA

16

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

17

MENÚ ESPECIAL DE CARNESTOLTES
AMANIDA OLIVIER (PATATA, PASTANAGA,
PÈSOL, MONGETA TENDRA, TONYINA, OU,
OLIVES I MAIONESA)
FILET D' ABADOJO AMB SALS
FRUITA

20

SOPA D'ESTELS
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

21

CREMA DE PASTANAGUES I PORROS
ESTOFAT DE PORC
FRUITA

22

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
TRUITA DE TONYINA
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

23

TALLARINES AMB TOMÀQUET
MANDONGUILLES A LA JARDINERA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

24

LLENTIES ESTOFADES
GUISAT DE CALAMARS
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

27

NO LECTIVO

28

NO LECTIVO

AQUÍ
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.

COMPASS
Scolarest

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
BULLIT
FRUITA

2

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ A L'ANDALUSA
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

3

COLIFLOR AMB BEIXAMEL GRATINADA
BROQUETES DE GALL DINDI
ENCIAM I BROS DE MONGETES
IOGURT

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

7

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
FILET DE LLUÇ AL FORN AMB SALSÀ MERY
PATATES AL VAPOR
FRUITA

8

ARRÒS AMB TOMÀQUET
POLLASTRE AMB ALLADA
VERDURES
FRUITA

9

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

10

AMANIDA DE PATATES, TOMÀQUET, PEBROT,
COGOMBRE I OLIVES
POLLASTRE AMB SALSÀ
TOMÀQUET I OLIVES
IOGURT

13

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSÀ DE
TOMÀQUET CASOLANA
GALL SANT PERE ADOBAT AL FORN
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

14

ARRÒS AMB VERDURES (SENSE TOMÀQUET)
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT

15

CREMA DE VERDURES AMB CROSTONETS DE PA
FREGIT MALLORQUÍ
FRUITA

16

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
BULLIT
FRUITA

17

MENÚ ESPECIAL DE CARNESTOLTES
AMANIDA RUSSA NATURAL AMANIDA (PATATA,
PASTANAGA BLAT DE MORO I OLIVES)
FILET D'ABADEJO AMB SALSÀ
FRUITA

20

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA
ENCIAM I CEBÀ
FRUITA

21

CREMA DE PASTANAGUES I PORROS
ESTOFAT DE PORC
FRUITA

22

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
BROQUETES DE GALL DINDI
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

23

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSÀ DE
TOMÀQUET CASOLANA
MANDONGUILLES A LA JARDINERA
IOGURT

24

LLENTIES ESTOFADES
GUISAT DE CALAMARS
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

27

NO LECTIVO

28

NO LECTIVO

AQUÍ
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·lèrgen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

COL.LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE PEIX NI MARISC

Febrer - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

2

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE MAGRA A LA PLANXA
AMANIDA MIXTA
FRUITA

3

COLIFLOR AMB BEIXAMEL GRATINADA
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROS DE MONGETES
IOGURT

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

7

SOPA DE PRIMAVERA AMB PERNIL DOLÇ I OU
CINTA DE LLOM AMB ALLADA
PATATES AL VAPOR
FRUITA

8

ARRÒS AMB TOMÀQUET
POLLASTRE AMB ALLADA
VERDURES
FRUITA

9

MACARRONS SALTEJATS
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
AMANIDA MIXTA
FRUITA

10

AMANIDA DE PATATES, TOMÀQUET, PEBROT,
COGOMBRE I OLIVES
PASTÍS DE CARN
TOMÀQUET I OLIVES
IOGURT

13

MACARRONS GRATINATS
PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

14

ARRÒS TRES DELÍCIES
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT

15

CREMA DE VERDURES AMB CROSTONETS DE PA
FREGIT MALLORQUÍ
FRUITA

16

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

17

MENÚ ESPECIAL DE CARNESTOLTES
AMANIDA RUSSA NATURAL AMANIDA (PATATA,
PASTANAGA BLAT DE MORO I OLIVES)
BROQUETES DE GALL DINDI
FRUITA

20

SOPA D'ESTELS
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

21

CREMA DE PASTANAGUES I PORROS
ESTOFAT DE PORC
FRUITA

22

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
TRUITA FRANCESA
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

23

TALLARINES AMB TOMÀQUET I FORMATGE
MANDONGUILLES A LA JARDINERA
IOGURT

24

LLENTIES ESTOFADES
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

27

NO LECTIVO

28

NO LECTIVO

AQUÍ
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.

COMPASS
Scolarest

COL.LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE PINYONS NI BLANC D'OU CRU

Febrer - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

2

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ A L'ANDALUSA
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

3

COLIFLOR AMB BEIXAMEL GRATINADA
BROQUETES DE GALL DINDI
ENCIAM I BROS DE MONGETES
IOGURT

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
CROQUETES DE POLLASTRE
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

7

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
FILET DE LLUÇ AL FORN AMB SALS MERY
PATATES AL VAPOR
FRUITA

8

ARRÒS AMB TOMÀQUET
POLLASTRE AMB ALLADA
VERDURES
FRUITA

9

MACARRONS SALTEJATS
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

10

AMANIDA DE PATATES, TOMÀQUET, PEBROT,
COGOMBRE I OLIVES
POLLASTRE AMB SALS
TOMÀQUET I OLIVES
IOGURT

13

MACARRONS GRATINATS
GALL SANT PERE ADOBAT AL FORN
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

14

ARRÒS AMB VERDURES (SENSE TOMÀQUET)
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT

15

CREMA DE VERDURES AMB CROSTONETS DE PA
FREGIT MALLORQUÍ
FRUITA

16

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

17

MENÚ ESPECIAL DE CARNESTOLTES
AMANIDA RUSSA NATURAL AMANIDA (PATATA,
PASTANAGA BLAT DE MORO I OLIVES)
MANDONGUILLES DE LLUÇ AMB SALS
FRUITA

20

SOPA D'ESTELS
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

21

CREMA DE PASTANAGUES I PORROS
ESTOFAT DE PORC
FRUITA

22

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
BROQUETES DE GALL DINDI
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

23

TALLARINES AMB TOMÀQUET I FORMATGE
MANDONGUILLES A LA JARDINERA
IOGURT

24

LLENTIES ESTOFADES
TIRES DE CALAMAR
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

27

NO LECTIVO

28

NO LECTIVO

AQUÍ
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.

COMPASS
Scolarest

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
"COCIDO" COMPLET AMB CIGRONS,
POLLASTRE, PATATES, PASTANAGA I
MONGETES TENDRES
FRUITA

2

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET D' ABADJO A LA PLANXA
AMANIDA MIXTA
FRUITA

3

COLIFLOR AMB BEIXAMEL GRATINADA
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROS DE MONGETES
IOGURT

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

7

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
FILET D' ABADJO AL FORN
PATATES AL VAPOR
FRUITA

8

ARRÒS AMB TOMÀQUET
POLLASTRE AMB ALLADA
VERDURES
FRUITA

9

MACARRONS SALTEJATS
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
AMANIDA MIXTA
FRUITA

10

AMANIDA DE PATATES
FILET D' ABADJO AL FORN
TOMÀQUET I OLIVES
IOGURT

13

MACARRONS GRATINATS
GALL SANT PERE ADOBAT AL FORN
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

14

ARRÒS AMB VERDURES (SENSE TOMÀQUET)
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT

15

CREMA DE VERDURES AMB CROSTONETS DE PA
REMENAT D'OU AMB BOLETS I XAMPINYÓ
FRUITA

16

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
"COCIDO" COMPLET AMB CIGRONS,
POLLASTRE, PATATES, PASTANAGA I
MONGETES TENDRES
FRUITA

17

MENÚ ESPECIAL DE CARNESTOLTES
AMANIDA OLIVIER (PATATA, PASTANAGA,
PÈSOL, MONGETA TENDRA, TONYINA, OU,
OLIVES I MAIONESA)
FILET D' ABADJO AMB Salsa
FRUITA

20

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

21

CREMA DE PASTANAGUES I PORROS
FILET D' ABADJO AL FORN
FRUITA

22

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
TRUITA DE TONYINA
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

23

TALLARINES AMB TOMÀQUET I FORMATGE
OUS REMENATS
IOGURT

24

LLENTIES ESTOFADES
FILET D' ABADJO A LA PLANXA
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

27

NO LECTIVO

28

NO LECTIVO

AQUÍ
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

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

2

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
FILET DE LLUÇ A L'ANDALUSA
AMANIDA MIXTA
FRUITA

3

COLIFLOR AMB BEIXAMEL GRATINADA
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
I OGURT

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
CROQUETES DE POLLASTRE
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

7

SOPA DE PRIMAVERA AMB PERNIL DOLÇ I OU
FILET DE LLUÇ AL FORN AMB SALS MERY
PATATES AL VAPOR
FRUITA

8

ARRÒS AMB TOMÀQUET
POLLASTRE AMB ALLADA
VERDURES
FRUITA

9

MACARRONS SALTEJATS
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
AMANIDA MIXTA
FRUITA

10

AMANIDA DE PATATES
PASTÍS DE CARN
TOMÀQUET I OLIVES
I OGURT

13

MACARRONS GRATINATS
GALL SANT PERE ADOBAT AL FORN
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

14

ARRÒS TRES DELÍCIES
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
I OGURT

15

CREMA DE VERDURES AMB CROSTONETS DE PA
FREGIT MALLORQUÍ
FRUITA

16

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

17

MENÚ ESPECIAL DE CARNESTOLTES

AMANIDA OLIVIER (PATATA, PASTANAGA,
PÈSOL, MONGETA TENDRA, TONYINA, OU,
OLIVES I MAIONESA)
MANDONGUILLES DE LLUÇ AMB SALS
FRUITA

20

SOPA D'ESTELS
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

21

CREMA DE PASTANAGUES I PORROS
ESTOFAT DE PORC
FRUITA

22

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
TRUITA DE TONYINA
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

23

TALLARINES AMB TOMÀQUET I FORMATGE
MANDONGUILLES A LA JARDINERA
I OGURT

24

LLENTIES ESTOFADES
TIRES DE CALAMAR
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

27

NO LECTIVO

28

NO LECTIVO

AQUÍ
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.