

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

**2** 640 Kcal. P.: 18 HC.: 58 L.: 22 G.: 4  
 PAELLA AMB VERDURES I PÈSOLS  
 DAUS DE RAP ARREBOSSAT  
 AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)  
 FRUITA

**9** 679 Kcal. P.: 21 HC.: 29 L.: 49 G.: 14  
 AMANIDA DE PATATES  
 POLLASTRE ROSTIT  
 VERDURES  
 IOGURT

**16** 546 Kcal. P.: 13 HC.: 42 L.: 41 G.: 9  
 CREMA DE CARBASSÓ I COLIFLOR  
 REMENAT DE LEGUMBRETA AMB VERDURES I OU  
 PATATA AL FORN  
 FRUITA

**23** 527 Kcal. P.: 17 HC.: 56 L.: 23 G.: 6  
 ESCUDELLA  
 BULLIT  
 FRUITA

**30** 865 Kcal. P.: 16 HC.: 41 L.: 42 G.: 9  
 ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I FORMATGE  
 NUGGETS DE POLLASTRE  
 ENCIAM I TOMÀQUET  
 IOGURT

**3** 536 Kcal. P.: 22 HC.: 37 L.: 38 G.: 11  
 CREMA DE VERDURES  
 FREGIT MALLORQUÍ  
 FRUITA

**10** 710 Kcal. P.: 13 HC.: 48 L.: 37 G.: 8  
 ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA  
 TRUITA DE TONYINA  
 AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE  
 FRUITA

**17** 691 Kcal. P.: 22 HC.: 40 L.: 36 G.: 12  
**RECEPTA FISH REVOLUTION**  
 GALETES A LA CARBONARA  
 FILET D'ABADEJO A L'AMERICANA  
 AMANIDA VERDA  
 IOGURT

**24** 689 Kcal. P.: 16 HC.: 35 L.: 44 G.: 12  
 MONGETES BLANQUES ESTOFADES  
 OUS FREGITS  
 AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE MORO  
 GELAT

**31** 731 Kcal. P.: 12 HC.: 33 L.: 53 G.: 15  
**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
 CREMA DE CARBASSA I MONIATO  
 HAMBURGUESA MIXTA MONSTRUOSA AMB TOMÀQUET I FORMATGE  
 PATATES FREGIDES  
 FRUITA

**4** 644 Kcal. P.: 9 HC.: 48 L.: 40 G.: 6  
 SOPA D'ESTELS  
 CROQUETES DE POLLASTRE  
 ENCIAM I BROT DE MONGETES  
 FRUITA

**11** 736 Kcal. P.: 14 HC.: 48 L.: 35 G.: 6  
 LLAÇOS AMB TOMÀQUET  
 FILET DE LLUÇ A L'ANDALUSA  
 AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I PASTANAGA RATLLADA  
 FRUITA

**18** 729 Kcal. P.: 17 HC.: 32 L.: 46 G.: 14  
 LLENTIES ESTOFADES  
 LLOM DE PORC AL FORN  
 ENCIAM I CEBA  
 FRUITA

**25** 608 Kcal. P.: 12 HC.: 66 L.: 21 G.: 7  
**JORNADA FISH REVOLUTION**  
 ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)  
 FISHPIZZA MARINA  
 FRUITA

**5** 821 Kcal. P.: 15 HC.: 46 L.: 37 G.: 9  
**JORNADA ESTÀTUA DE LA LLIBERTAT**  
 MAC&CHEESE (MACARRONS AMB FORMATGE)  
 HAMBURGUESA MANHATTAN (De gall dindi amb salsa gravy)  
 ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRET  
 "GRAN POMA" AL FORN

**12** FESTIVO

**19** 783 Kcal. P.: 9 HC.: 46 L.: 41 G.: 7  
 ESCUDELLA AMB CIGRONS  
 ARREBOSSAT DE GALL DINDI I FORMATGE  
 ENCIAM I BLAT DE MORO  
 FRUITA

**26** 759 Kcal. P.: 14 HC.: 47 L.: 36 G.: 11  
 ESPAGUETIS AMB SAMFAINA  
 MANDONGUILLES A LA JARDINERA  
 FRUITA

**6** 742 Kcal. P.: 18 HC.: 35 L.: 43 G.: 13  
 LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA  
 REMENAT DE FORMATGE AMB TOMÀQUET  
 AMANIDA DE BROT  
 GELAT

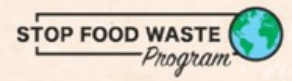
**13** NO LECTIVO

**20** 647 Kcal. P.: 13 HC.: 58 L.: 26 G.: 6  
 ARRÒS BRUT AMB POLLASTRE I PORC  
 VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA, PATATA)  
 FRUITA

**27** 635 Kcal. P.: 19 HC.: 35 L.: 44 G.: 12  
 CREMA DE PORROS NATURAL AMB CROSTONS  
 POLLASTRE AMB ALLADA  
 PATATA I CEBA  
 FRUITA

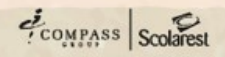


aprendeacomersano.org



NOTAS: **Legenda:** **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 BARRÓN  
 Servicio de Nutrición y Dietética  
 Dietista-Nutricionista  
 Colegiado Nº C.A1000579



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

2

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS  
DAUS DE RAP ARREBOSSAT  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

3

CREMA DE VERDURES  
OUS A LA PLANXA  
CARBASSÓ AL FORN  
FRUITA

4

BRÒQUIL SALTEJAT  
CROQUETS DE POLLASTRE  
ENCIAM I BROTS DE MONGETES  
FRUITA

5

**JORNADA ESTÀTUA DE LA  
LLIBERTAT**  
MACARRONS SALTEJATS  
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA  
ENCIAM I COGOMBRET  
"GRAN POMA" AL FORN

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA  
OUS REMENATS  
CARBASSA AL FORN  
GELAT

9

PATATES AMB PEBROTS  
POLLASTRE ROSTIT  
CARBASSÓ AL FORN  
IOGURT

10

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS  
TRUITA DE TONYINA  
COGOMBRE  
FRUITA

11

MACARRONS SALTEJATS  
FILET DE LLUÇ A L'ANDALUSA  
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

12

FESTIVO

13

NO LECTIVO

16

CREMA DE CARBASSÓ I COLIFLOR  
OUS REMENATS  
PATATA AL FORN  
FRUITA

17

**RECEPTA FISH REVOLUTION**  
GALETS SALTEJATS  
FILET D' ABADJO A LA PLANXA  
AMANIDA VERDA  
IOGURT

18

LLENTIES ESTOFADES  
TRUITA DE XAMPINYONS  
ENCIAM I CEBA  
FRUITA

19

ARRÒS BLANC  
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA  
ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA

20

FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA  
VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,  
PATATA)  
ARRÒS BLANC  
FRUITA

23

PATATES AMB PEBROTS  
FILET D' ABADJO A LA PLANXA  
FRUITA

24

MONGETES BLANQUES ESTOFADES  
OUS FREGITS  
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE  
MORO  
GELAT

25

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS I PÈSOLS  
ABADJO FREGIT AMB MAIZENA  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

26

ESPAQUETIS SALTEJATS  
TRUITA DE CARBASSÓ  
FRUITA

27

CREMA DE PORROS NATURAL AMB CROSTONS  
POLLASTRE AMB ALLADA  
PATATA I CEBA  
FRUITA

30


ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS  
NUGGETS DE POLLASTRE  
ENCIAM  
IOGURT

31

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
CREMA DE CARBASSA  
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

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

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

2

PAELLA AMB VERDURES I PÈSOLS  
DAUS DE RAP ARREBOSSAT  
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)  
FRUITA

3

CREMA DE VERDURES  
FREGIT MALLORQUÍ  
FRUITA

4

SOPA D'ESTELS  
CROQUETS DE POLLASTRE  
ENCIAM I BROS DE MONGETES  
FRUITA

5

**JORNADA ESTÀTUA DE LA LLIBERTAT**  
MAC&CHEESE (MACARRONS AMB FORMATGE)  
HAMBURGUESA MANHATTAN (De gall dindi amb salsa gravy)  
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRET  
"GRAN POMA" AL FORN

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA  
REMENAT DE FORMATGE AMB TOMÀQUET  
AMANIDA DE BROS  
GELAT

9

AMANIDA DE PATATES  
POLLASTRE ROSTIT  
VERDURES  
IOGURT

10

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA  
TRUITA DE TONYINA  
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE  
FRUITA

11

LLAÇOS AMB TOMÀQUET  
FILET DE LLUÇ A L'ANDALUSA  
AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

12

FESTIVO

13

NO LECTIVO

16

CREMA DE CARBASSÓ I COLIFLOR  
REMENAT DE LEGUMBRETA AMB VERDURES I OU  
PATATA AL FORN  
FRUITA

17

**RECEPTA FISH REVOLUTION**  
GALETS A LA CARBONARA  
FILET D'ABADEJO A L'AMERICANA  
AMANIDA VERDA  
IOGURT

18

LLENTIES ESTOFADES  
LLOM DE PORC AL FORN  
ENCIAM I CEBA  
FRUITA

19

ESCUDELLA AMB CIGRONS  
ARREBOSSAT DE GALL DINDI I FORMATGE  
ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA

20

ARRÒS BRUT AMB POLLASTRE I PORC  
VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA, PATATA)  
FRUITA

23

ESCUDELLA  
BULLIT  
FRUITA

24

MONGETES BLANQUES ESTOFADES  
OUS FREGITS  
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE MORO  
GELAT

25

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)  
FISHPIZZA MARINA  
FRUITA

26

ESPAGUETIS AMB SAMFAINA  
MANDONGUILLES A LA JARDINERA  
FRUITA

27

CREMA DE PORROS NATURAL AMB CROSTONS  
POLLASTRE AMB ALLADA  
PATATA I CEBA  
FRUITA

30

ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I FORMATGE  
NUGGETS DE POLLASTRE  
ENCIAM I TOMÀQUET  
IOGURT

31

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
CREMA DE CARBASSA I MONIATO  
HAMBURGUESA MIXTA MONSTRUOSA AMB TOMÀQUET I FORMATGE  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

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

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

2

PAELLA AMB VERDURES I PÈSOLS  
DAUS DE RAP ARREBOSSAT  
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I  
TOMÀQUET)  
FRUITA

3

CREMA DE VERDURES  
OUS A LA PLANXA  
CARBASSÓ AL FORN  
FRUITA

4

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA  
CROQUETES D' ESPINACS  
ENCIAM I BROTS DE MONGETES  
FRUITA

5

**JORNADA ESTÀTUA DE LA  
LLIBERTAT**  
MAC&CHEESE (MACARRONS AMB FORMATGE)  
HAMBURGUESA VEGETAL  
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRET  
"GRAN POMA" AL FORN

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA  
REMENAT DE FORMATGE AMB TOMÀQUET  
AMANIDA DE BROTS  
GELAT

9

AMANIDA DE PATATES  
MONGETES VERMELLES GUISADES AMB  
PASTANAGA  
VERDURES  
IOGURT

10

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA  
TRUITA DE TONYINA  
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE  
FRUITA

11

LLAÇOS AMB TOMÀQUET  
FILET DE LLUÇ A L'ANDALUSA  
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET I  
PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

12

FESTIVO

13

NO LECTIVO

16

CREMA DE CARBASSÓ I COLIFLOR  
REMENAT DE LEGUMBRETA AMB VERDURES I  
OU  
PATATA AL FORN  
FRUITA

17

**RECEPTA FISH REVOLUTION**  
GALETS AMB TOMÀQUET  
FILET D'ABADEJO A L'AMERICANA  
AMANIDA VERDA  
IOGURT

18

LLENTIES ESTOFADES  
TRUITA DE XAMPINYONS  
ENCIAM I CEBA  
FRUITA

19

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA  
FRICANDÓ DE FILET VEGETAL  
ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA

20

CIGRONS AMB Salsa BOLONYESA VEGETAL I  
LEGUMBRETA  
VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,  
PATATA)  
FRUITA

23

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA  
FILET D' ABADEJO A LA PLANXA  
ENCIAM  
FRUITA

24

MONGETES BLANQUES ESTOFADES  
OUS FREGITS  
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE  
MORO  
GELAT

25

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE  
MORO I PASTANAGA)  
ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

26

ESPAGUETIS AMB SAMFAINA  
TRUITA DE CARBASSÓ  
FRUITA

27

CREMA DE PORROS NATURAL AMB CROSTONS  
FILET DE BACALLÀ AL FORN  
PATATA I CEBA  
FRUITA

30

ARRÒS AMB TOMÀQUET  
"BURRITOS" VEGETARIANS  
ENCIAM I TOMÀQUET  
IOGURT

31

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
CREMA DE CARBASSA I MONIATO  
HAMBURGUESA VEGETAL  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

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

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

2

PAELLA AMB VERDURES I PÈSOLS  
DAUS DE RAP ARREBOSSAT  
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I  
TOMÀQUET)  
FRUITA

3

CREMA DE VERDURES  
FREGIT MALLORQUÍ  
FRUITA

4

SOPA D'ESTELS  
CROQUETS DE POLLASTRE  
ENCIAM I BROS DE MONGETES  
FRUITA

5

**JORNADA ESTÀTUA DE LA  
LLIBERTAT**  
MAC&CHEESE (MACARRONS AMB FORMATGE)  
HAMBURGUESA MANHATTAN (De gall dindi  
amb salsa gravy)  
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRET  
"GRAN POMA" AL FORN

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA  
REMENAT DE FORMATGE AMB TOMÀQUET  
AMANIDA DE BROS  
GELAT

9

AMANIDA DE PATATES  
POLLASTRE ROSTIT  
VERDURES  
IOGURT

10

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA  
TRUITA DE TONYINA  
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE  
FRUITA

11

LLAÇOS AMB TOMÀQUET  
FILET DE LLUÇ A L'ANDALUSA  
AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I  
PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

12

FESTIVO

13

NO LECTIVO

16

CREMA DE CARBASSÓ I COLIFLOR  
REMENAT DE LEGUMBRETA AMB VERDURES I  
OU  
PATATA AL FORN  
FRUITA

17

**RECEPTA FISH REVOLUTION**  
GALETS A LA CARBONARA  
FILET D'ABADEJO A L'AMERICANA  
AMANIDA VERDA  
IOGURT

18

LLENTIES ESTOFADES  
LLOM DE PORC AL FORN  
ENCIAM I CEBA  
FRUITA

19

ESCUDELLA AMB CIGRONS  
ARREBOSSAT DE GALL DINDI I FORMATGE  
ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA

20

ARRÒS BRUT AMB POLLASTRE I PORC  
VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,  
PATATA)  
FRUITA

23

ESCUDELLA  
BULLIT  
FRUITA

24

MONGETES BLANQUES ESTOFADES  
OUS FREGITS  
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE  
MORO  
GELAT

25

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE  
MORO I PASTANAGA)  
FISHPIZZA MARINA  
FRUITA

26

ESPAGUETIS AMB SAMFAINA  
MANDONGUILLES A LA JARDINERA  
FRUITA

27

CREMA DE PORROS NATURAL AMB CROSTONS  
POLLASTRE AMB ALLADA  
PATATA I CEBA  
FRUITA

30

ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I  
FORMATGE  
NUGGETS DE POLLASTRE  
ENCIAM I TOMÀQUET  
IOGURT

31

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
CREMA DE CARBASSA I MONIATO  
HAMBURGUESA MIXTA MONSTRUOSA AMB  
TOMÀQUET I FORMATGE  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

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

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

2

PAELLA AMB VERDURES I PÈSOLS  
FILET D'ABADEJO AL FORN  
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)  
FRUITA

3

CREMA DE VERDURES  
FREGIT MALLORQUÍ  
FRUITA

4

SOPA D'ESTELS  
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA  
ENCIAM I BROTS DE MONGETES  
FRUITA

5

**JORNADA ESTÀTUA DE LA LLIBERTAT**  
MAC&CHEESE (MACARRONS AMB FORMATGE)  
HAMBURGUESA MANHATTAN (De gall dindi amb salsa gravy)  
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRET  
"GRAN POMA" AL FORN

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA  
REMENAT DE FORMATGE AMB TOMÀQUET  
AMANIDA DE BROTS  
GELAT

9

AMANIDA DE PATATES  
POLLASTRE ROSTIT  
VERDURES  
IOGURT

10

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA  
TRUITA DE TONYINA  
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE  
FRUITA

11

LLAÇOS AMB TOMÀQUET  
FILET D'ABADEJO A LA PLANXA  
AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

12

FESTIVO

13

NO LECTIVO

16

CREMA DE CARBASSÓ I COLIFLOR  
REMENAT DE LEGUMBRETA AMB VERDURES I OU  
PATATA AL FORN  
FRUITA

17

**RECEPTA FISH REVOLUTION**  
GALETS A LA CARBONARA  
ABADEJO AL FORN  
AMANIDA VERDA  
IOGURT

18

LLENTIES ESTOFADES  
LLOM DE PORC AL FORN  
ENCIAM I CEBA  
FRUITA

19

ESCUDELLA AMB CIGRONS  
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA  
ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA

20

ARRÒS BRUT AMB POLLASTRE I PORC  
VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA, PATATA)  
FRUITA

23

ESCUDELLA  
BULLIT  
FRUITA

24

MONGETES BLANQUES ESTOFADES  
OUS FREGITS  
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE MORO  
GELAT

25

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)  
ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

26

ESPAGUETIS AMB SAMFAINA  
MANDONGUILLES A LA JARDINERA  
FRUITA

27

CREMA DE PORROS NATURAL AMB CROSTONS  
POLLASTRE AMB ALLADA  
PATATA I CEBA  
FRUITA

30

ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I FORMATGE  
NUGGETS DE POLLASTRE  
ENCIAM I TOMÀQUET  
IOGURT

31

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
CREMA DE CARBASSA I MONIATO  
HAMBURGUESA MIXTA MONSTRUOSA AMB TOMÀQUET I FORMATGE  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

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

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

2

PAELLA AMB VERDURES I PÈSOLS  
FILET D'ABADEJO AL FORN  
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I  
TOMÀQUET)  
FRUITA

3

CREMA DE VERDURES  
FREGIT MALLORQUÍ  
FRUITA

4

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN  
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA  
ENCIAM I BROS DE MONGETES  
FRUITA

5

**JORNADA ESTÀTUA DE LA  
LLIBERTAT**  
PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE  
TOMÀQUET CASOLANA  
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA  
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRET  
"GRAN POMA" AL FORN

6

PATATES GUISADES AMB PASTANAGA  
REMENAT DE FORMATGE AMB TOMÀQUET  
AMANIDA DE BROS  
GELAT

9

AMANIDA DE PATATES  
POLLASTRE ROSTIT  
VERDURES  
IOGURT

10

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA  
TRUITA DE TONYINA  
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE  
FRUITA

11

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE  
TOMÀQUET CASOLANA  
FILET DE LLUÇ A LA PLANXA  
AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I  
PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

12

FESTIVO

13

NO LECTIVO

16

CREMA DE CARBASSÓ I COLIFLOR  
OUS REMENATS AMB VERDURES SALTADES  
PATATA AL FORN  
FRUITA

17

**RECEPTA FISH REVOLUTION**  
PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE  
TOMÀQUET CASOLANA  
FILET D'ABADEJO A L'AMERICANA  
AMANIDA VERDA  
IOGURT

18

PATATES AMB PEBROS  
LLOM DE PORC AL FORN  
ENCIAM I CEBA  
FRUITA

19

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN  
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA  
ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA

20

ARRÒS BRUT AMB POLLASTRE I PORC  
VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,  
PATATA)  
FRUITA

23

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN  
BULLIT  
FRUITA

24

MONGETES BLANQUES ESTOFADES  
OUS FREGITS  
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE  
MORO  
GELAT

25

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE  
MORO I PASTANAGA)  
ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

26

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE  
TOMÀQUET CASOLANA  
MANDONGUILLES A LA JARDINERA  
FRUITA

27

CREMA DE PORROS NATURAL  
POLLASTRE AMB ALLADA  
PATATA I CEBA  
FRUITA

30

ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I  
FORMATGE  
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA  
ENCIAM I TOMÀQUET  
IOGURT

31

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
CREMA DE CARBASSA I MONIATO  
HAMBURGUESA MIXTA MONSTRUOSA AMB  
TOMÀQUET I FORMATGE  
PATATES FREGIDES  
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

**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

2

PAELLA AMB VERDURES I PÈSOLS  
DAUS DE RAP ARREBOSSAT  
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I  
TOMÀQUET)  
FRUITA

3

CREMA DE VERDURES  
FREGIT MALLORQUÍ  
FRUITA

4

SOPA D'ESTELS  
CROQUETS DE POLLASTRE  
ENCIAM I BROS DE MONGETES  
FRUITA

5

**JORNADA ESTÀTUA DE LA  
LLIBERTAT**  
MAC&CHEESE (MACARRONS AMB FORMATGE)  
HAMBURGUESA MANHATTAN (De gall dindi  
amb salsa gravy)  
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRET  
"GRAN POMA" AL FORN

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA  
REMENAT DE FORMATGE AMB TOMÀQUET  
AMANIDA DE BROS  
GELAT

9

AMANIDA DE PATATES  
POLLASTRE ROSTIT  
VERDURES  
IOGURT

10

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA  
TRUITA DE TONYINA  
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE  
FRUITA

11

LLAÇOS AMB TOMÀQUET  
FILET DE LLUÇ A L'ANDALUSA  
AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I  
PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

12

FESTIVO

13

NO LECTIVO

16

CREMA DE CARBASSÓ I COLIFLOR  
REMENAT DE LEGUMBRETA AMB VERDURES I  
OU  
PATATA AL FORN  
FRUITA

17

**RECEPTA FISH REVOLUTION**  
GALETS A LA CARBONARA  
FILET D'ABADEJO A L'AMERICANA  
AMANIDA VERDA  
IOGURT

18

LLENTIES ESTOFADES  
LLOM DE PORC AL FORN  
ENCIAM I CEBA  
FRUITA

19

ESCUDELLA AMB CIGRONS  
ARREBOSSAT DE GALL DINDI I FORMATGE  
ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA

20

ARRÒS BRUT AMB POLLASTRE I PORC  
VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,  
PATATA)  
FRUITA

23

ESCUDELLA  
BULLIT  
FRUITA

24

MONGETES BLANQUES ESTOFADES  
OUS FREGITS  
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE  
MORO  
GELAT

25

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE  
MORO I PASTANAGA)  
FISHPIZZA MARINA  
FRUITA

26

ESPAGUETIS AMB SAMFAINA  
MANDONGUILLES A LA JARDINERA  
FRUITA

27

CREMA DE PORROS NATURAL AMB CROSTONS  
POLLASTRE AMB ALLADA  
PATATA I CEBA  
FRUITA

30

ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I  
FORMATGE  
NUGGETS DE POLLASTRE  
ENCIAM I TOMÀQUET  
IOGURT

31

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
CREMA DE CARBASSA I MONIATO  
HAMBURGUESA MIXTA MONSTRUOSA AMB  
TOMÀQUET I FORMATGE  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

PAELLA AMB VERDURES I PÈSOLS  
DAUS DE RAP ARREBOSSAT  
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I  
TOMÀQUET)  
FRUITA

3

CREMA DE VERDURES  
FREGIT MALLORQUÍ  
FRUITA

4

SOPA D'ESTELS  
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA  
ENCIAM I BROTS DE MONGETES  
FRUITA

5

**JORNADA ESTÀTUA DE LA  
LLIBERTAT**  
MACARRONS AMB TOMÀQUET  
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA  
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRET  
"GRAN POMA" AL FORN

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA  
OUS AMB TOMÀQUET  
AMANIDA DE BROTS  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

9

AMANIDA DE PATATES  
POLLASTRE ROSTIT  
VERDURES  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

10

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA  
TRUITA DE TONYINA  
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE  
FRUITA

11

LLAÇOS AMB TOMÀQUET  
FILET DE LLUÇ A L'ANDALUSA  
AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I  
PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

12

FESTIVO

13

NO LECTIVO

16

CREMA DE CARBASSÓ I COLIFLOR  
REMENAT DE LEGUMBRETA AMB VERDURES I  
OU  
PATATA AL FORN  
FRUITA

17

**RECEPTA FISH REVOLUTION**  
GALETS AMB TOMÀQUET  
FILET D'ABADEJO A L'AMERICANA  
AMANIDA VERDA  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

18

LLENTIES ESTOFADES  
LLOM DE PORC AL FORN  
ENCIAM I CEBA  
FRUITA

19

ESCUDELLA AMB CIGRONS  
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA  
ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA

20

ARRÒS BRUT AMB POLLASTRE I PORC  
VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,  
PATATA)  
FRUITA

23

ESCUDELLA  
BULLIT  
FRUITA

24

MONGETES BLANQUES ESTOFADES  
OUS FREGITS  
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE  
MORO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

25

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE  
MORO I PASTANAGA)  
ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

26

ESPAGUETIS AMB SAMFAINA  
MANDONGUILLES A LA JARDINERA  
FRUITA

27

CREMA DE PORROS NATURAL AMB CROSTONS  
POLLASTRE AMB ALLADA  
PATATA I CEBA  
FRUITA

30

ARRÒS AMB TOMÀQUET  
NUGGETS DE POLLASTRE  
ENCIAM I TOMÀQUET  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

31

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
CREMA DE CARBASSA I MONIATO  
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

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

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

2

PAELLA AMB VERDURES I PÈSOLS  
FILET D'ABADEJO AL FORN  
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I  
TOMÀQUET)  
FRUITA

3

CREMA DE VERDURES  
FREGIT MALLORQUÍ  
FRUITA

4

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN  
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA  
ENCIAM I BROS DE MONGETES  
FRUITA

5

**JORNADA ESTÀTUA DE LA  
LLIBERTAT**  
PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE  
TOMÀQUET CASOLANA  
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA  
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRET  
"GRAN POMA" AL FORN

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA  
CINTA DE LLOM A LA PLANXA  
AMANIDA DE BROS  
GELAT

9

PATATES AMB PEBROTS  
POLLASTRE ROSTIT  
VERDURES  
IOGURT

10

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA  
FILET DE MAGRA A LA PLANXA  
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE  
FRUITA

11

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE  
TOMÀQUET CASOLANA  
FILET DE LLUÇ A L'ANDALUSA  
AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I  
PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

12

FESTIVO

13

NO LECTIVO

16

CREMA DE CARBASSÓ I COLIFLOR  
BISTEC DE MAGRA A LES FINES HERBES  
PATATA AL FORN  
FRUITA

17

**RECEPTA FISH REVOLUTION**  
PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE  
TOMÀQUET CASOLANA  
FILET D'ABADEJO A L'AMERICANA  
AMANIDA VERDA  
IOGURT

18

LLENTIES ESTOFADES  
LLOM DE PORC AL FORN  
ENCIAM I CEBA  
FRUITA

19

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN  
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA  
ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA

20

ARRÒS BRUT AMB POLLASTRE I PORC  
VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,  
PATATA)  
FRUITA

23

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN  
BULLIT  
FRUITA

24

MONGETES BLANQUES ESTOFADES  
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA  
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE  
MORO  
GELAT

25

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE  
MORO I PASTANAGA)  
ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

26

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE  
TOMÀQUET CASOLANA  
MANDONGUILLES A LA JARDINERA  
FRUITA

27

CREMA DE PORROS NATURAL AMB CROSTONS  
POLLASTRE AMB ALLADA  
PATATA I CEBA  
FRUITA

30

ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I  
FORMATGE  
NUGGETS DE POLLASTRE  
ENCIAM I TOMÀQUET  
IOGURT

31

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
CREMA DE CARBASSA I MONIATO  
HAMBURGUESA MIXTA MONSTRUOSA AMB  
TOMÀQUET I FORMATGE  
PATATES FREGIDES  
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

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

2

PAELLA AMB VERDURES I PÈSOLS  
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA  
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I  
TOMÀQUET)  
FRUITA

3

CREMA DE VERDURES  
FREGIT MALLORQUÍ  
FRUITA

4

SOPA D'ESTELS  
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA  
ENCIAM I BROS DE MONGETES  
FRUITA

5

**JORNADA ESTÀTUA DE LA  
LLIBERTAT**  
MAC&CHEESE (MACARRONS AMB FORMATGE)  
HAMBURGUESA MANHATTAN (De gall dindi  
amb salsa gravy)  
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRET  
"GRAN POMA" AL FORN

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA  
REMENAT DE FORMATGE AMB TOMÀQUET  
AMANIDA DE BROS  
GELAT

9

PATATES AMB PEBROTS  
POLLASTRE ROSTIT  
VERDURES  
IOGURT

10

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA  
TRUITA A LA FRANCESA  
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE  
FRUITA

11

LLAÇOS AMB TOMÀQUET  
FILET DE PORC A LA PLANXA  
AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I  
PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

12

FESTIVO

13

NO LECTIVO

16

CREMA DE CARBASSÓ I COLIFLOR  
REMENAT DE LEGUMBRETA AMB VERDURES I  
OU  
PATATA AL FORN  
FRUITA

17

**RECEPTA FISH REVOLUTION**  
GALETS A LA CARBONARA  
FILET DE POLLASTRE AMB ALLADA  
AMANIDA VERDA  
IOGURT

18

LLENTIES ESTOFADES  
LLOM DE PORC AL FORN  
ENCIAM I CEBA  
FRUITA

19

ESCUDELLA AMB CIGRONS  
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA  
ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA

20

ARRÒS BRUT AMB POLLASTRE I PORC  
VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,  
PATATA)  
FRUITA

23

ESCUDELLA  
BULLIT  
FRUITA

24

MONGETES BLANQUES ESTOFADES  
OUS FREGITS  
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE  
MORO  
GELAT

25

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE  
MORO I PASTANAGA)  
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

26

ESPAGUETIS AMB SAMFAINA  
MANDONGUILLES A LA JARDINERA  
FRUITA

27

CREMA DE PORROS NATURAL AMB CROSTONS  
POLLASTRE AMB ALLADA  
PATATA I CEBA  
FRUITA

30

ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I  
FORMATGE  
NUGGETS DE POLLASTRE  
ENCIAM I TOMÀQUET  
IOGURT

31

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
CREMA DE CARBASSA I MONIATO  
HAMBURGUESA MIXTA MONSTRUOSA AMB  
TOMÀQUET I FORMATGE  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

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

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

PAELLA AMB VERDURES I PÈSOLS  
FILET D'ABADEJO AL FORN  
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET)  
FRUITA

3

CREMA DE VERDURES  
FREGIT MALLORQUÍ  
FRUITA

4

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN  
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA  
ENCIAM I BROS DE MONGETES  
FRUITA

5

**JORNADA ESTÀTUA DE LA LLIBERTAT**  
PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA  
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA  
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRET  
"GRAN POMA" AL FORN

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA  
CINTA DE LLOM A LA PLANXA  
AMANIDA DE BROS  
GELAT

9

PATATES AMB PEBROTS  
POLLASTRE ROSTIT  
VERDURES  
IOGURT

10

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA  
FILET DE MAGRA A LA PLANXA  
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRET  
FRUITA

11

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA  
FILET DE LLUÇ A L'ANDALUSA  
AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

12

FESTIVO

13

NO LECTIVO

16

CREMA DE CARBASSÓ I COLIFLOR  
BISTEC DE MAGRA A LES FINES HERBES  
PATATA AL FORN  
FRUITA

17

**RECEPTA FISH REVOLUTION**  
PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA  
FILET D'ABADEJO A L'AMERICANA  
AMANIDA VERDA  
IOGURT

18

LLENTIES ESTOFADES  
LLOM DE PORC AL FORN  
ENCIAM I CEBA  
FRUITA

19

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN  
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA  
ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA

20

ARRÒS BRUT AMB POLLASTRE I PORC  
VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA, PATATA)  
FRUITA

23

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN  
BULLIT  
FRUITA

24

MONGETES BLANQUES ESTOFADES  
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA  
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE MORO  
GELAT

25

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)  
ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

26

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA  
MANDONGUILLES A LA JARDINERA  
FRUITA

27

CREMA DE PORROS NATURAL AMB CROSTONS  
POLLASTRE AMB ALLADA  
PATATA I CEBA  
FRUITA

30

ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I FORMATGE  
NUGGETS DE POLLASTRE  
ENCIAM I TOMÀQUET  
IOGURT

31

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
CREMA DE CARBASSA I MONIATO  
HAMBURGUESA MIXTA MONSTRUOSA AMB TOMÀQUET I FORMATGE  
PATATES FREGIDES  
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

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

2

PAELLA AMB VERDURES I PÈSOLS  
FILET D'ABADEJO AL FORN  
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I  
TOMÀQUET)  
FRUITA

3

CREMA DE VERDURES  
OUS A LA PLANXA  
CARBASSÓ AL FORN  
FRUITA

4

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA  
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA  
ENCIAM I BROS DE MONGETES  
FRUITA

5

**JORNADA ESTÀTUA DE LA  
LLIBERTAT**  
MAC&CHEESE (MACARRONS AMB FORMATGE)  
HAMBURGUESA MANHATTAN (De gall dindi  
amb salsa gravy)  
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRET  
"GRAN POMA" AL FORN

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA  
REMENAT DE FORMATGE AMB TOMÀQUET  
AMANIDA DE BROS  
GELAT

9

AMANIDA DE PATATES  
POLLASTRE ROSTIT  
VERDURES  
IOGURT

10

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA  
TRUITA DE TONYINA  
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE  
FRUITA

11

LLAÇOS AMB TOMÀQUET  
FILET D'ABADEJO A LA PLANXA  
AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I  
PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

12

FESTIVO

13

NO LECTIVO

16

CREMA DE CARBASSÓ I COLIFLOR  
REMENAT DE LEGUMBRETA AMB VERDURES I  
OU  
PATATA AL FORN  
FRUITA

17

**RECEPTA FISH REVOLUTION**  
GALETS AMB TOMÀQUET  
ABADEJO AL FORN  
AMANIDA VERDA  
IOGURT

18

LLENTIES ESTOFADES  
TRUITA DE XAMPINYONS  
ENCIAM I CEBA  
FRUITA

19

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA  
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA  
ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA

20

ARRÒS AMB POLLASTRE  
VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,  
PATATA)  
FRUITA

23

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

24

MONGETES BLANQUES ESTOFADES  
OUS FREGITS  
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE  
MORO  
GELAT

25

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE  
MORO I PASTANAGA)  
ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

26

ESPAGUETIS AMB SAMFAINA  
TRUITA DE CARBASSÓ  
FRUITA

27

CREMA DE PORROS NATURAL AMB CROSTONS  
POLLASTRE AMB ALLADA  
PATATA I CEBA  
FRUITA

30

ARRÒS AMB TOMÀQUET  
NUGGETS DE POLLASTRE  
ENCIAM I TOMÀQUET  
IOGURT

31

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
CREMA DE CARBASSA I MONIATO  
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

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

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

2

PAELLA AMB VERDURES I PÈSOLS  
DAUS DE RAP ARREBOSSAT  
AMANIDA (AMANIDA D'ENCIAM I  
TOMÀQUET)  
FRUITA

3

CREMA DE VERDURES  
FREGIT MALLORQUÍ  
FRUITA

4

SOPA D'ESTELS  
CROQUETS DE POLLASTRE  
ENCIAM I BROS DE MONGETES  
FRUITA

5

**JORNADA ESTÀTUA DE LA  
LLIBERTAT**  
MAC&CHEESE (MACARRONS AMB FORMATGE)  
HAMBURGUESA MANHATTAN (De gall dindi  
amb salsa gravy)  
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRET  
"GRAN POMA" AL FORN

6

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA  
REMENAT DE FORMATGE AMB TOMÀQUET  
AMANIDA DE BROS  
GELAT

9

AMANIDA DE PATATES  
POLLASTRE ROSTIT  
VERDURES  
IOGURT

10

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA  
TRUITA DE TONYINA  
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE  
FRUITA

11

LLAÇOS AMB TOMÀQUET  
FILET DE LLUÇ A L'ANDALUSA  
AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I  
PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

12

FESTIVO

13

NO LECTIVO

16

CREMA DE CARBASSÓ I COLIFLOR  
REMENAT DE LEGUMBRETA AMB VERDURES I  
OU  
PATATA AL FORN  
FRUITA

17

**RECEPTA FISH REVOLUTION**  
GALETS A LA CARBONARA  
FILET D'ABADEJO A L'AMERICANA  
AMANIDA VERDA  
IOGURT

18

LLENTIES ESTOFADES  
LLOM DE PORC AL FORN  
ENCIAM I CEBA  
FRUITA

19

ESCUDELLA AMB CIGRONS  
ARREBOSSAT DE GALL DINDI I FORMATGE  
ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA

20

ARRÒS BRUT AMB POLLASTRE I PORC  
VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,  
PATATA)  
FRUITA

23

ESCUDELLA  
BULLIT  
FRUITA

24

MONGETES BLANQUES ESTOFADES  
OUS FREGITS  
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE  
MORO  
GELAT

25

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE  
MORO I PASTANAGA)  
FISHPIZZA MARINA  
FRUITA

26

ESPAGUETIS AMB SAMFAINA  
MANDONGUILLES A LA JARDINERA  
FRUITA

27

CREMA DE PORROS NATURAL AMB CROSTONS  
POLLASTRE AMB ALLADA  
PATATA I CEBA  
FRUITA

30

ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I  
FORMATGE  
NUGGETS DE POLLASTRE  
ENCIAM I TOMÀQUET  
IOGURT

31

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
CREMA DE CARBASSA I MONIATO  
HAMBURGUESA MIXTA MONSTRUOSA AMB  
TOMÀQUET I FORMATGE  
PATATES FREGIDES  
FRUITA

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