

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

585 Kcal. P.: 23 HC.: 39 L.: 36 G.: 8
 SOPA JARDINERA AMB ESTRELES
 POLLASTRE A LA CAÇADORA
 ENCIAM I CEBA
 FRUITA

4

788 Kcal. P.: 11 HC.: 47 L.: 40 G.: 11

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
 MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
 FRUITA

5

823 Kcal. P.: 15 HC.: 45 L.: 38 G.: 10

ESPAGUETIS AMB PESTO "FAJITAS"
 TOMÀQUET I BLAT DE MORO
 IOGURT

6

FESTIVO

7

FESTIVO

8

FESTIVO

11

797 Kcal. P.: 12 HC.: 46 L.: 38 G.: 6

LLENTIES ESTOFADES
 CROQUETES DE PERNIL
 AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA, OLIVES VERDES I BLAT DE MORO
 FRUITA

12

606 Kcal. P.: 20 HC.: 51 L.: 28 G.: 7

JORNADA FISH REVOLUTION
 PAELLA AMB VERDURES
 BACALLÀ AL FORN AMB TOMÀQUET
 IOGURT

13

553 Kcal. P.: 13 HC.: 48 L.: 36 G.: 12

SOPA DE BULLIT MALLORQUÍ
 CANELONS AMB BEIXAMEL I FORMATGE
 FRUITA

14

721 Kcal. P.: 15 HC.: 46 L.: 37 G.: 8

ESPIRALS AMB TONYINA I TOMÀQUET
 TRUITA DE PERNIL CUIT
 ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
 FRUITA

15

619 Kcal. P.: 17 HC.: 40 L.: 40 G.: 9

JORNADA TORRE EIFFEL (FRANÇA)
 CREMA PARMENTIER
 FILET DE POLLASTRE A LA FRANCESA
 TOMÀQUET PROVENÇAL
 FRUITA

18

908 Kcal. P.: 11 HC.: 41 L.: 42 G.: 10

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
 CRESTES DE TONYINA
 ENCIAM I PEBROT VERMELL
 FRUITA

19

655 Kcal. P.: 9 HC.: 44 L.: 45 G.: 10

CREMA DE CARABASSA, ROMANÍ I TARONJA
 PIZZA
 FRUITA

20

871 Kcal. P.: 13 HC.: 45 L.: 40 G.: 12

MENÚ ESPECIAL DE NADAL
 SOPA DE NADAL
 HAMBURGUESA COMPLETA
 TORRONS

21

763 Kcal. P.: 11 HC.: 47 L.: 40 G.: 8

ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I FORMATGE
 TRUITA DE PATATES
 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

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 BARRÓN
 Servicio de Nutrición y Dietética
 Dietista-Nutricionista
 Colegiado Nº C.A1000576

COMPASS Scolarest

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

SOPA JARDINERA AMB ESTRELES
POLLASTRE A LA CAÇADORA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

4

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA

5

ESPAGUETIS AMB PESTO
"FAJITAS"
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
IOGURT

6

FESTIVO

7

FESTIVO

8

FESTIVO

11

LLENTIES ESTOFADES
CROQUETES DE PERNIL
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO
FRUITA

12

JORNADA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
BACALLÀ AL FORN AMB TOMÀQUET
IOGURT

13

SOPA DE BULLIT MALLORQUÍ
CANELONS AMB BEIXAMEL I FORMATGE
FRUITA

14

ESPIRALS AMB TONYINA I TOMÀQUET
TRUITA DE PERNIL CUIT
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

15

JORNADA TORRE EIFFEL (FRANÇA)
CREMA PARMENTIER
FILET DE POLLASTRE A LA FRANCESA
TOMÀQUET PROVENÇAL
FRUITA

18

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
CRESTES DE TONYINA
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

19

CREMA DE CARABASSA, ROMANÍ I TARONJA
PIZZA
FRUITA

20

MENÚ ESPECIAL DE NADAL
SOPA DE NADAL
HAMBURGUESA COMPLETA
TORRONS

21

ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I
FORMATGE
TRUITA DE PATATES
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

1

SOPA JARDINERA AMB ESTRELES
POLLASTRE A LA CAÇADORA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

4

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
XAMPINYONS
FRUITA

5

ESPAGUETIS AMB PESTO
"FAJITAS"
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
IOGURT

6

FESTIVO

7

FESTIVO

8

FESTIVO

11

LLENTIES ESTOFADES
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO
FRUITA

12

JORNADA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
FILET D'ABADEJO AMB SALSINA
AMANIDA VERDA
IOGURT

13

SOPA DE BULLIT MALLORQUÍ
CANELONS DE BOLETS
FRUITA

14

ESPIRALS AMB TONYINA I TOMÀQUET
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

15

JORNADA TORRE EIFFEL (FRANÇA)
CREMA PARMENTIER
FILET DE POLLASTRE A LA FRANCESA
TOMÀQUET PROVENÇAL
FRUITA

18

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

19

CREMA DE CARABASSA, ROMANÍ I TARONJA
PIZZA
FRUITA

20

MENÚ ESPECIAL DE NADAL
SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
ENCIAM I TOMÀQUET
IOGURT NATURAL

21

ARRÒS AMB TOMÀQUET
TRUITA DE PATATES
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.

COL.LEGI SANTA MARIA

Dieta: SENSE PINYONS NI BLANC D'OU CRU

Desembre - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

SOPA JARDINERA AMB ESTRELES
POLLASTRE A LA CAÇADORA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

4

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA

5

ESPAGUETIS AMB PESTO
"FAJITAS"
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
IOGURT

6

FESTIVO

7

FESTIVO

8

FESTIVO

11

LLENTIES ESTOFADES
CROQUETES DE PERNIL
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO
FRUITA

12

JORNADA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
BACALLÀ AL FORN AMB TOMÀQUET
IOGURT

13

SOPA DE BULLIT MALLORQUÍ
CANELONS AMB BEIXAMEL I FORMATGE
FRUITA

14

ESPIRALS AMB TONYINA I TOMÀQUET
ALETES DE POLLASTRE AMB ALLADA
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

15

JORNADA TORRE EIFFEL (FRANÇA)
CREMA PARMENTIER
FILET DE POLLASTRE A LA FRANCESA
TOMÀQUET PROVENÇAL
FRUITA

18

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

19

CREMA DE CARABASSA, ROMANÍ I TARONJA
PIZZA
FRUITA

20

MENÚ ESPECIAL DE NADAL
SOPA DE NADAL
HAMBURGUESA COMPLETA
IOGURT NATURAL

21

ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I
FORMATGE
FILET DE POLLASTRE AMB ALLADA
PATATA AL FORN
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

1

SOPA JARDINERA AMB ESTRELES
POLLASTRE A LA CAÇADORA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

4

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA

5

ESPAGUETIS AMB PESTO
"FAJITAS"
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
IOGURT

6

FESTIVO

7

FESTIVO

8

FESTIVO

11

LLENTIES ESTOFADES
CINTA DE LLOM A LA PLANXA
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO
FRUITA

12

JORNADA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
POLLASTRE ROSTIT
AMANIDA VERDA
IOGURT

13

SOPA DE BULLIT MALLORQUÍ
CARN MAGRA DE PORC AMB TOMÀQUET I
PATATES A DAUS
FRUITA

14

ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET
TRUITA DE PERNIL CUIT
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

15

JORNADA TORRE EIFFEL (FRANÇA)
CREMA PARMENTIER
FILET DE POLLASTRE A LA FRANCESA
TOMÀQUET PROVENÇAL
FRUITA

18

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

19

CREMA DE CARABASSA, ROMANÍ I TARONJA
PIZZA
FRUITA

20

MENÚ ESPECIAL DE NADAL
SOPA DE NADAL
HAMBURGUESA COMPLETA
TORRONS

21

ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I
FORMATGE
TRUITA DE PATATES
FRUITA

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

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
POLLASTRE A LA CAÇADORA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

4

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA

5

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA
"FAJITAS"
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
IOGURT

6

FESTIVO

7

FESTIVO

8

FESTIVO

11

LLENTIES ESTOFADES
CINTA DE LLOM A LA PLANXA
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO
FRUITA

12

JORNADA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
BACALLÀ AL FORN AMB TOMÀQUET
IOGURT

13

SOPA DE BULLIT MALLORQUÍ
CARN MAGRA DE PORC AMB TOMÀQUET I PATATES A DAUS
FRUITA

14

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA
ALETES DE POLLASTRE AMB ALLADA
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

15

JORNADA TORRE EIFFEL (FRANÇA)
CREMA PARMENTIER
FILET DE POLLASTRE A LA FRANCESA
TOMÀQUET PROVENÇAL
FRUITA

18

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

19

CREMA DE CARABASSA, ROMANÍ I TARONJA
PIZZA
FRUITA

20

MENÚ ESPECIAL DE NADAL
SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
ENCIAM I TOMÀQUET
TORRONS

21

ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I FORMATGE
FILET DE POLLASTRE AMB ALLADA
PATATA AL FORN
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

1

SOPA JARDINERA AMB ESTRELES
POLLASTRE A LA CAÇADORA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

4

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA

5

ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET
"FAJITAS"
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
POSTRE VEGETAL DE SOJA

6

FESTIVO

7

FESTIVO

8

FESTIVO

11

LLENTIES ESTOFADES
CINTA DE LLOM A LA PLANXA
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO
FRUITA

12

JORNADA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
BACALLÀ AL FORN AMB TOMÀQUET
POSTRE VEGETAL DE SOJA

13

SOPA DE BULLIT MALLORQUÍ
CARN MAGRA DE PORC AMB TOMÀQUET I
PATATES A DAUS
FRUITA

14

ESPIRALS AMB TONYINA I TOMÀQUET
TRUITA DE PERNIL CUIT
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

15

JORNADA TORRE EIFFEL (FRANÇA)
CREMA PARMENTIER
POLLASTRE ROSTIT
TOMÀQUET PROVENÇAL
FRUITA

18

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
CRESTES DE TONYINA
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

19

CREMA DE CARABASSA, ROMANÍ I TARONJA
FILET DE MAÇA DE PORC AL FORN
PATATES FREGIDES
FRUITA

20

MENÚ ESPECIAL DE NADAL
SOPA DE NADAL
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

21

ARRÒS AMB TOMÀQUET
TRUITA DE PATATES
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

1

SOPA JARDINERA AMB ESTRELES
POLLASTRE A LA CAÇADORA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

4

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA

5

ESPAGUETIS AMB PESTO
"FAJITAS"
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
IOGURT

6

FESTIVO

7

FESTIVO

8

FESTIVO

11

LLENTIES ESTOFADES
CROQUETES DE PERNIL
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO
FRUITA

12

JORNADA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
BACALLÀ AL FORN AMB TOMÀQUET
IOGURT

13

SOPA DE BULLIT MALLORQUÍ
CANELONS AMB BEIXAMEL I FORMATGE
FRUITA

14

ESPIRALS AMB TONYINA I TOMÀQUET
TRUITA DE PERNIL CUIT
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

15

JORNADA TORRE EIFFEL (FRANÇA)
CREMA PARMENTIER
FILET DE POLLASTRE A LA FRANCESA
TOMÀQUET PROVENÇAL
FRUITA

18

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
CRESTES DE TONYINA
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

19

CREMA DE CARABASSA, ROMANÍ I TARONJA
PIZZA
FRUITA

20

MENÚ ESPECIAL DE NADAL
SOPA DE NADAL
HAMBURGUESA COMPLETA
TORRONS

21

ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I
FORMATGE
TRUITA DE PATATES
FRUITA

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

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
POLLASTRE A LA CAÇADORA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

4

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA

5

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA
TRUITA DE FORMATGE
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
IOGURT

6

FESTIVO

7

FESTIVO

8

FESTIVO

11

PATATES GUISADES AMB PASTANAGA
CINTA DE LLOM A LA PLANXA
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO
FRUITA

12

JORNADA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
BACALLÀ AL FORN AMB TOMÀQUET
IOGURT

13

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
CARN MAGRA DE PORC AMB TOMÀQUET I
PATATES A DAUS
FRUITA

14

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA
TRUITA DE PERNIL CUIT
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

15

JORNADA TORRE EIFFEL (FRANÇA)
CREMA PARMENTIER
POLLASTRE ROSTIT
TOMÀQUET PROVENÇAL
FRUITA

18

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

19

CREMA DE CARABASSA, ROMANÍ I TARONJA
FILET DE MAÇA DE PORC AL FORN
PATATES FREGIDES
FRUITA

20

MENÚ ESPECIAL DE NADAL
SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
ENCIAM I TOMÀQUET
IOGURT NATURAL

21

ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I
FORMATGE
TRUITA DE PATATES
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

1

SOPA JARDINERA AMB ESTRELES
POLLASTRE A LA CAÇADORA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

4

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA

5

ESPAGUETIS AMB PESTO
"FAJITAS"
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
IOGURT

6

FESTIVO

7

FESTIVO

8

FESTIVO

11

LLENTIES ESTOFADES
CINTA DE LLOM A LA PLANXA
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO
FRUITA

12

JORNADA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
FILET D'ABADEJO AMB SALSINA
AMANIDA VERDA
IOGURT

13

SOPA DE BULLIT MALLORQUÍ
CARN MAGRA DE PORC AMB TOMÀQUET I
PATATES A DAUS
FRUITA

14

ESPIRALS AMB TONYINA I TOMÀQUET
TRUITA DE PERNIL CUIT
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

15

JORNADA TORRE EIFFEL (FRANÇA)
CREMA PARMENTIER
FILET DE POLLASTRE A LA FRANCESA
TOMÀQUET PROVENÇAL
FRUITA

18

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
CRESTES DE TONYINA
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

19

CREMA DE CARABASSA, ROMANÍ I TARONJA
PIZZA
FRUITA

20

MENÚ ESPECIAL DE NADAL
SOPA DE NADAL
HAMBURGUESA COMPLETA
TORRONS

21

ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I
FORMATGE
TRUITA DE PATATES
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

1

SOPA JARDINERA AMB ESTRELES
POLLASTRE A LA CAÇADORA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

4

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA

5

ESPAGUETIS AMB PESTO
"FAJITAS"
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
IOGURT

6

FESTIVO

7

FESTIVO

8

FESTIVO

11

LLENTIES ESTOFADES
CROQUETES DE PERNIL
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO
FRUITA

12

JORNADA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
BACALLÀ AL FORN AMB TOMÀQUET
IOGURT

13

SOPA DE BULLIT MALLORQUÍ
CANELONS AMB BEIXAMEL I FORMATGE
FRUITA

14

ESPIRALS AMB TONYINA I TOMÀQUET
TRUITA DE PERNIL CUIT
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

15

JORNADA TORRE EIFFEL (FRANÇA)
CREMA PARMENTIER
FILET DE POLLASTRE A LA FRANCESA
TOMÀQUET PROVENÇAL
FRUITA

18

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
CRESTES DE TONYINA
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

19

CREMA DE CARABASSA, ROMANÍ I TARONJA
PIZZA
FRUITA

20

MENÚ ESPECIAL DE NADAL
SOPA DE NADAL
HAMBURGUESA COMPLETA
IOGURT NATURAL

21

ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I
FORMATGE
TRUITA DE PATATES
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

1

SOPA JARDINERA AMB ESTRELES
OUS REMENATS
ENCIAM I CEBA
FRUITA

4

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
HAMBURGUESA VEGETAL AMB SALSINA DE XAMPINYONS
FRUITA

5

ESPAGUETIS AMB PESTO
FAJITAS DE CHILI DE MONGETA VERMELLA I LEGUMBRETA
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
IYGURT

6

FESTIVO

7

FESTIVO

8

FESTIVO

11

LLENTIES ESTOFADES
CROQUETES D' ESPINACS
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO
FRUITA

12

JORNADA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
BACALLÀ AL FORN AMB TOMÀQUET
IYGURT

13

SOPA DE BULLIT MALLORQUÍ
CANELONS DE BOLETS
FRUITA

14

ESPIRALS AMB TONYINA I TOMÀQUET
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

15

JORNADA TORRE EIFFEL (FRANÇA)
CREMA PARMENTIER
GALL SANT PERE AL FORN
TOMÀQUET PROVENÇAL
FRUITA

18

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

19

CREMA DE CARABASSA, ROMANÍ I TARONJA
PIZZA
FRUITA

20

MENÚ ESPECIAL DE NADAL
SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
HAMBURGUESA DE LLEGUM COMPLET
IYGURT NATURAL

21

ARRÒS AMB TOMÀQUET
TRUITA DE PATATES
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

1

SOPA JARDINERA AMB ESTRELES
POLLASTRE A LA CAÇADORA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

4

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA

5

ESPAGUETIS AMB PESTO
"FAJITAS"
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
IOGURT

6

FESTIVO

7

FESTIVO

8

FESTIVO

11

LLENTIES ESTOFADES
CROQUETES DE PERNIL
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO
FRUITA

12

JORNADA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
BACALLÀ AL FORN AMB TOMÀQUET
IOGURT

13

SOPA DE BULLIT MALLORQUÍ
CANELONS AMB BEIXAMEL I FORMATGE
FRUITA

14

ESPIRALS AMB TONYINA I TOMÀQUET
TRUITA DE PERNIL CUIT
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

15

JORNADA TORRE EIFFEL (FRANÇA)
CREMA PARMENTIER
FILET DE POLLASTRE A LA FRANCESA
TOMÀQUET PROVENÇAL
FRUITA

18

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
CRESTES DE TONYINA
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

19

CREMA DE CARABASSA, ROMANÍ I TARONJA
PIZZA
FRUITA

20

MENÚ ESPECIAL DE NADAL
SOPA DE NADAL
HAMBURGUESA COMPLETA
TORRONS

21

ARRÒS MILANESA AMB PERNIL DOLÇ I
FORMATGE
TRUITA DE PATATES
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

1

PATATES BULLIDES AMB HERBES PROVENÇALS
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN
ENCIAM I CEBA
FRUITA

4

ARRÒS BLANC
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
XAMPINYONS
FRUITA

5

ESPAQUETIS SALTEJATS
TRUITA A LA FRANCESA
AMANIDA VERDA
IOGURT NATURAL

6

FESTIVO

7

FESTIVO

8

FESTIVO

11

LLENTIES ESTOFADES
TIRES DE POLLASTRE A LA PLANXA
PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

12

JORNADA FISH REVOLUTION
ARRÒS AMB VERDURES (SENSE TOMÀQUET)
FILET D'ABADEJO AMB SALS
AMANIDA VERDA
IOGURT NATURAL

13

MONGETES TENDRES SALTEJADES
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
PATATES A DAUS
FRUITA

14

ESPIRALS SALTEJATS
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

JORNADA TORRE EIFFEL (FRANÇA)
CREMA PARMENTIER
POLLASTRE ROSTIT
AMANIDA VERDA
FRUITA

18

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
PASTANAGA
ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

19

CREMA DE CARABASSA, ROMANÍ I TARONJA
OUS REMENATS
PATATES FREGIDES
FRUITA

20

MENÚ ESPECIAL DE NADAL
CARBASSÓ AL FORN
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
ENCIAM
IOGURT NATURAL

21

ARRÒS BLANC
TRUITA DE PATATES
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: NADA DE TOMATE, SOPAS, CERDO, CEREALES INTEGRALES, YOGURES DESNATADOS Y DE FRUTAS (SOLO MANZANA, PERA, ARANDANOS, SANDIA, MANDARINA, NARANJA, PIÑA ENLATADA, MELOCOTON EN ALMIBAR SIN EL LIQUIDO DE ALMIBAR). NO PLATANO, KIWI NI MELON. REALIZAR DOBLES COCCIONES EN LAS LEGUMINOSAS.