

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

1

**FESTIU**

2

PATATES AMANIDES  
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA  
ESPÀRRECS I BRÒQUIL  
IOGURT NATURAL

3

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA  
FILET DE LLUÇ A LA PLANXA  
PATATES A DAUS  
IOGURT NATURAL

6

BLEDES SALTEJADES  
POLLASTRE ROSTIT  
ENCIAM I COGOMBRE  
IOGURT NATURAL

7

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS  
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA  
ENCIAM  
IOGURT NATURAL

8

CREMA DE VERDURES (BLEDES, BRÒQUIL, API I PATATA)  
SECRET DE PORC AL FORN  
PATATES A DAUS  
IOGURT NATURAL

9

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA  
ABADEJO AL FORN  
ENCIAM I COGOMBRE  
IOGURT NATURAL

10

ALBERGÍNIA A LA PLANXA  
TRUITA A LA FRANCESA  
PATATA AL FORN  
IOGURT NATURAL

13

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA  
LLUÇ AL FORN  
BRÒQUIL SALTEJAT  
IOGURT NATURAL

14

PATATES AL FORN  
TRUITA DE TONYINA  
ENCIAM  
IOGURT NATURAL

15

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS  
FILET DE PORC A LA PLANXA  
AMANIDA VERDA  
IOGURT NATURAL

16

**JORNADA DE PETRA (JORDÀNIA)**  
QUINOA SALTEJADA AMB CEBA  
PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA  
ENCIAM I COGOMBRE  
IOGURT NATURAL

17

CREMA DE COLIFLOR  
TRUITA A LA FRANCESA  
IOGURT NATURAL

20

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA  
FILET DE MAGRA A LA PLANXA  
AMANIDA VERDA  
IOGURT NATURAL

21

PATATES AMANIDES  
ABADEJO AL FORN  
ENCIAM  
IOGURT NATURAL

22

CREMA DE XAMPINYONS  
TRUITA DE PATATES  
ENCIAM I COGOMBRE  
IOGURT NATURAL

23

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN  
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA  
ALBERGÍNIA AL FORN  
IOGURT NATURAL

24

BRÒQUIL BULLIT AMB PATATES  
FILET D'ABADEJO AL FORN  
XAMPINYONS  
IOGURT NATURAL

27

FIDEUA AMB BOLETS SENSE GLÚTENS NI OU  
LLUÇ AL FORN  
ENCIAM  
IOGURT NATURAL

28

CREMA DE COLIFLOR  
POLLASTRE ROSTIT AMB PATATES  
IOGURT NATURAL

29

ARRÒS BLANC  
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN  
ESPINACS SALTEJATS  
IOGURT NATURAL

30

PATATES BULLIDES AMB HERBES PROVENÇALS  
TRUITA DE FORMATGE  
ENCIAM I COGOMBRE  
IOGURT NATURAL

**AQUÍ  
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**

**Observacions:** "No utilitzar ingredients que continguin l'al•lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés."



**SCOLAREST**

*Alimentació  
saludable i  
sostenible*

COMPASS  
GROUP | Scolarest

# AQUÍ ES CUINA 100% AMB OLI D'OLIVA

## SI HEM DINAT:

CEREALS, FÈCULES O LLEGUMS

VERDURES

CARN

PEIX

OU

FRUITA

LÀCTICS

## PODEM SOPAR:

HORTALISSES CRUES O LLEGUMS CUITS

CEREALS 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 BENES-  
TAR 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