

SANT GABRIEL VILADECANS

Dieta: SENSE LACTOSA

Novembre - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIU

2

LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA
ROTLLS DE PRIMAVERA
BROTS DE MONGETES I PASTANAGA
FRUITA

3

LLAÇOS AMB TOMÀQUET
LLUÇ AMB Salsa VERDA
PÈSOLS I PATATES A DAUS
FRUITA

6

MONGETES TENDRES SALTEJADES
POLLASTRE AL FORN AMB POMA
ENCIAM I COGOMBRE
GELATINA

7

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, Ceba I
PASTANAGA
FRUITA

8

CREMA DE PORROS, BLEDES I Ceba
SECRET DE PORC ESTOFAT
PATATES A DAUS
POSTRE VEGETAL DE SOJA

9

ESPIRALS AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
FILET D'ABADEJO ENFARINAT
ENCIAM I Ceba
FRUITA

10

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
CARABASSA
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

13

MACARRONS AMB TOMÀQUET
LLUÇ A LA LLIMONA
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
POSTRE VEGETAL DE SOJA

14

LLENTIES AMB VERDURES
TRUITA DE TONYINA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

ARRÒS A LA JARDINERA (AMB VERDURETES A
DAUS)
SALSITXES DE PORC AMB TOMÀQUET
AMANIDA VERDA
FRUITA

16

JORNADA DE PETRA (JORDÀNIA)
COUS COUS AMB VERDURES A L'ESTIL
JORDÀNIA
POLLASTRE "BEREBER"
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE
FRUITA

17

CREMA DE CARABASSA I PASTANAGA AMB
CROSTONS
CIGRONS A LA BOLONYESA
FRUITA

20

ESPIRALS TRICOLOR AMB SOFREGIT DE
TOMÀQUET NATURAL I ORENGA
FILET DE MAGRA A LA PLANXA
AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA
FRUITA

21

LLENTIES ESTOFADES AMB AROMA DE CURRI
ABADEJO AL FORN
ENCIAM I COL LLOMBARDA
FRUITA

22

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

23

SOPA D'ESTELS
MANDONGUILLES DE POLLASTRE AMB
XAMPINYONS I PATATES
POSTRE VEGETAL DE SOJA

24

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
GUISAT DE SÍPIA
FRUITA

27

ROSSEJAT DE FIDEUS AMB SAMFAINA
FILET DE LLUÇ AL FORN
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

28

CREMA DE VERDURES
POLLASTRE ROSTIT AMB PATATES
FRUITA

29

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
CARBASSÓ AL FORN
POSTRE VEGETAL DE SOJA

30

MONGETES BLANQUES ESTOFADES
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM I COGOMBRE
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

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

COMPASS
Scolarest

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