

ESCOLA ESTEL - RECOMANACIÓ DE SOPARS

Novembre - 2022

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIU

2

RISOTTO DE BOLETS
SALMÓ A LA PLANXA
IOGURT

3

ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET
TRUITA DE FORMATGE
IOGURT

4

SOPA MINISTRONE
GALL DINDI A LA PLANXA
IOGURT

7

LASANYA VEGETAL D'ESPINACS AMB
SALSA DE TOMÀQUET I PARMESÀ
POLLASTRE A LA PEPITORIA
FRUITA

8

PANATXÉ DE VERDURES
GALL DINDI A LA PLANXA
IOGURT

9

RISOTTO A LA VALDOSTANA
LLOM DE PORC AL FORN
IOGURT

10

CREMA DE VERDURES
TRUITA DE PATATES
IOGURT

11

ARRÒS AMB CARABASSA I TRIGUEROS
FILET DE POLLASTRE AMB SALSA
IOGURT

14

CARXOFES SALTEJADES
FILET DE GALL DINDI A LA PLANXA
FRUITA

15

BLEDES A LA GALLEGA AMB PEBRE
ROIG
CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES
IOGURT

16

CREMA DE CARBASSA
CONILL AMB ALLADA
IOGURT

17

PASTÍS DE PATATA I ALBERGÍNIA
GRATINADA
REMENAT D'ALL I GAMBES
IOGURT

18

MINISTRA DE VERDURES
SECRET A LA PLANXA
IOGURT

21

BRÒQUIL BULLIT AMB PATATES
DAURADA AL FORN
FRUITA

22

CARXOFES SALTEJADES
LLONZA DE GALL DINDI MARINADA A
LA PLANXA
IOGURT

23

GALETS AMB TOMÀQUET
POLLASTRE AL FORN AMB SOIA I MEL
IOGURT

24

BORRATGES AMB PATATES
FILET DE MAGRA A LA PLANXA
IOGURT

25

CREMA DE VERDURES
CONILL CONFITAT
IOGURT

28

ARRÒS AMB PÈSOLS I PERNIL CUIT
FILET DE GALL DINDI A LA PLANXA
FRUITA

29

PÈSOLS AMB PASTANAGA
SALMÓ AL FORN
IOGURT

30

BLEDES AMB PATATES AL VAPOR
CAP DE LLOM AMB SALSA
IOGURT

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

SCOLAREST

Alimentació
saludable i
sostenible

COMPASS GROUP | Scolarest

AQUÍ ES CUINA 100% AMB OLI D'OLIVA

SI HEM DINAT:

CERELS, FÈCULES O LLEGUMS
VERDURES
CARN
PEIX
OU
FRUITA
LÀCTICS

PODEM SOPAR:

HORTALISSES CRUES O LLEGUMS CUITS
CERELS 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 BENESTAR 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