

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

□

□

□

□

□

5

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA  
TIRES DE LLOM DE PORC NATURAL FREGIDES AMB MAIZENA  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

6

CREMA DE CARBASSÓ  
MONGETES BLANQUES ESTOFADES  
FRUITA

7

BRÒQUIL BULLIT AMB PATATES  
POLLASTRE AMB LLIMONA  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

8

CARXOFES SALTEJADES  
FILET DE GALL DINDI A LA PLANXA  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

9

PATATES SALTADES AMB VERDURA  
FILET DE LLUÇ AL FORN  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

12

VERDURA TRES COLORS (MONGETA, PASTANAGA I PATATA)  
POLLASTRE ROSTIT  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

13

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA  
FILET DE LLUÇ AL FORN  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

14

CREMA DE PORROS NATURAL  
CIGRONS ESTOFATS  
FRUITA

15

AMANIDA DE PASTA SENSE GLUTEN I SENSE OU AMB BLAT DE MORO I TOMÀQUET  
MANDONGUILLES A LA JARDINERA  
FRUITA

16

MONGETES BLANQUES ESTOFADES  
BROQUETES DE GALL DINDI  
FRUITA

19

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA  
FILET D' ABADJO A LA PLANXA  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

20

PATATES SALTADES AMB VERDURA  
RAGUT DE GALL DINDI AMB PASTANAGA  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

21

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN  
POLLASTRE ROSTIT  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

22

MONGETES TENDRES AMB PATATES  
HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

23

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS  
FILET DE LLUÇ AL FORN  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

26

**FESTIU**

27

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES  
BOTIFARRA A LA PLANXA  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

28

BRÒQUIL BULLIT AMB PATATES  
CIGRONS ESTOFATS  
FRUITA

29

PATATES "VIUDAS"  
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

30

GALETS SENSE GLUTEN NI OU AMB ALLADA  
FILET DE LLUÇ AL FORN  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

**AQUÍ ES CUINA  
100% AMB  
OLI  
D' OLIVA**

[aprendeacomersano.org](http://aprendeacomersano.org)

**STOP FOOD WASTE**  
Program 

**Skoolarest**  
Be Curious

**¡CONVIÉRTETE  
EN SU GUARDIÁN!**

**FISH  
REVOLUTION**

**SABOREANDO  
LOS  
MARES**

**grow  
FOOD  
BANKS**

AITOR SANCHEZ

# Aprèn a menjar sa amb L'Aitor Sánchez i Scolarest

ACEITES DE OLIVA DE ESPAÑA I COMPASS GROUP | SCOLAREST T'OFEREIXEN UN PROGRAMA PRÀCTIC, PROGRESSIU I FLEXIBLE PER TRANSFORMAR ELS TEUS HÀBITS ALIMENTARIS I MILLORAR LA QUALITAT DE VIDA DE TOTA LA FAMÍLIA.



SI HEM DINAT:	PODEM SOPAR:
CEREALS, FÈCULES O LLEGUMS	HORTALISSES CRUES O LLEGUMS CUITS
VERDURES	CEREALS O FÈCULES
CARN	PEIX O OU
PEIX	CARN MAGRA O OU
OU	PEIX O CARN MAGRA
FRUITA	LÀCTICS O FRUITA
LÀCTICS	FRUITA

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.