

Els nostres proveïdors de pa, làctics i carn són gironins. Aquest mes es servirà com a fruita de temporada: poma, pera, plàtan, taronja i préssec. Es serveix pa integral i pa blanc.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 LLENTIES ECOLÒGIQUES ESTOFADES AMB VERDURES (pastanaga, ceba i tomàquet) TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA ECO	3 ARRÒS ECOLÒGIC AMB SALSA DE TOMÀQUET MANDONGUILLES DE LLUÇ A LA BASCA (amb pèsols ecològics) FRUITA DE TEMPORADA	4 SOPA DE VERDURES (coliflor, pastanaga, porro i api) AMB FIDEUS ECOLÒGICS CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I PASTANAGA ECOLÒGICA FRUITA DE TEMPORADA ECO	5 PÈSOLS ECOLÒGICS BULLITS AMB PASTANAGA ECOLÒGICA I PATATA LLOM DE PORC AL FORN AMB ENCIAM I BLAT DE MORO IOGURT DE COOPERATIVA	6 CREMA DE VERDURES (Brocoli ecològic, bledes ecològiques, ceba ecològica i patata ecològica) DAUS DE RAP AL FORN AMB PATATA, ALL I JULIVERT FRUITA DE TEMPORADA
9 MACARRONS INTEGRALS ECOLÒGICS AMB SALSA DE TOMÀQUET TRUITA DE PATATA I CEBA AMB ENCIAM I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA ECO	10 CIGRONS ECOLÒGICS GUISATS AMB VERDURES (espinacs, pastanaga, ceba i tomàquet) CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO IOGURT DE COOPERATIVA	11 ARRÒS TRES DELÍCIES (amb blat de moro, pèsols ecològics i pastanaga ecològica) FILET D'ABADEJO AL FORN AMB PISTO (amb albergínia ecològica) Y QUINOA ECOLÒGICA FRUITA DE TEMPORADA	12 CREMA DE MONGETA BLANCA ECOLÒGICA AMB CARBASSA ECOLÒGICA FIDEUÀ DE PEIX FRUITA DE TEMPORADA ECO	13 PATATA I COLIFLOR ECOLÒGICA BULLIDA AMB OLI D'OLIVA CARN MAGRA DE PORC AMB SALSA DE CEBA AMB ENCIAM I TOMÀQUET ECOLÒGIC FRUITA DE TEMPORADA
16 ARRÒS ECOLÒGIC, AMB PÈSOLS I SALSA DE TOMÀQUET ECO HAMBURGUESA VEGETAL AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DE TEMPORADA	17 CIGRONS ECOLÒGICS BULLITS AMB PATATA FILET D'ABADEJO AL FORN AMB SALSA DE CEBA I PASTANAGA AMB ENCIAM ECOLÒGIC I TOMÀQUET FRUITA DE TEMPORADA ECO	18 SOPA D'AU AMB PASTA ECOLÒGICA TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DE TEMPORADA ECO	19 PASTA TRICOLOR AMB SALSA DE TOMÀQUET POLLASTRE AL FORN AMB GUARNICIÓ D'AMANIDA IOGURT	20 BRÒQUIL ECOLÒGIC BULLIT AMB PATATA I PASTANAGA FILET DE LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DE TEMPORADA
23 LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I PASTANAGA ECOLÒGICA FRUITA DE TEMPORADA ECO	24 TALLARINES ECOLÒGIQUES AMB SALSA DE FORMATGE LLUÇ AL FORN AMB PISTO I AMANIDA DE GUARNICIÓ FRUITA DE TEMPORADA	25 CREMA DE LLEGUMS AMB VERDURES OUS DURS AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA DE TEMPORADA	26 PATATA I MONGETA VERDA BULLIDES ESTOFAT DE POLLASTRE AMB XAMPINYONS ECOLÒGICS FRUITA DE TEMPORADA ECO	27 ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET HAMBURGUESA MIXTA AL FORN AMB ENCIAM I BLAT DE MORO IOGURT DE COOPERATIVA
30 MACARRONS ECOLÒGICS A LA ITALIANA (amb olives negres) LLUÇ AL FORN AMB LUMONA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DE TEMPORADA	31 PATATES ESTOFADES AMB PÈSOLS I SÍPIA CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I BLAT DE MORO IOGURT DE COOPERATIVA			

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

JOANNA GISBERT
nºColegiada: CAT001068
Joanna

Els nostres proveïdors de pa, làctics i carn són gironins. Aquest mes es servirà com a fruita de temporada: poma, pera, plàtan, taronja i prèsec. Es serveix pa integral i pa blanc.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

LLENTIES ECOLÒGIQUES ESTOFADES AMB VERDURES (pastanaga, ceba i tomàquet)

TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES

FRUITA DE TEMPORADA ECO

3

ARRÒS ECOLÒGIC AMB SALS DE TOMÀQUET

FILET DE LLUÇ A LA BASCA (amb pèsols ecològics)

FRUITA DE TEMPORADA

4

SOPA DE VERDURES (coliflor, pastanaga, porro i api) AMB FIDEUS ECOLÒGICS

CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I PASTANAGA ECOLÒGICA

FRUITA DE TEMPORADA ECO

5

PÈSOLS ECOLÒGICS BULLITS AMB PASTANAGA ECOLÒGICA I PATATA

LLOM DE PORC AL FORN AMB ENCIAM I BLAT DE MORO

IOGURT DE SOJA

6

CREMA DE VERDURES (Brocoli ecològic, bledes ecològiques, ceba ecològica i patata ecològica)

DAUS DE RAP AL FORN AMB PATATA, ALL I JULVERT

FRUITA DE TEMPORADA

9

MACARRONS INTEGRALS ECOLÒGICS AMB SALS DE TOMÀQUET

TRUITA DE PATATA I CEBA AMB ENCIAM I OLIVES

FRUITA DE TEMPORADA ECO

10

CIGRONS ECOLÒGICS GUISATS AMB VERDURES (espinacs, pastanaga, ceba i tomàquet)

CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO

IOGURT DE SOJA

11

ARRÒS TRES DELÍCIES (amb blat de moro, pèsols ecològics i pastanaga ecològica)

FILET D'ABADEJO AL FORN AMB PISTO (amb albergínia ecològica) Y QUINOA ECOLÒGICA

FRUITA DE TEMPORADA

12

CREMA DE MONGETA BLANCA ECOLÒGICA AMB CARBASSA ECOLÒGICA

FIDEUÀ DE PEIX

FRUITA DE TEMPORADA ECO

13

PATATA I COLIFLOR ECOLÒGICA BULLIDA AMB OLI D'OLIVA

CARN MAGRA DE PORC AMB SALS DE CEBA AMB ENCIAM I TOMÀQUET ECOLÒGIC

FRUITA DE TEMPORADA

16

ARRÒS ECOLÒGIC AMB PÈSOLS I SALS DE TOMÀQUET ECO

TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I PASTANAGA

FRUITA DE TEMPORADA

17

CIGRONS ECOLÒGICS BULLITS AMB PATATA

FILET D'ABADEJO AL FORN AMB SALS DE CEBA I PASTANAGA AMB ENCIAM ECOLÒGIC I TOMÀQUET

FRUITA DE TEMPORADA ECO

18

SOPA D'AU AMB PASTA ECOLÒGICA

TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM I BLAT DE MORO

FRUITA DE TEMPORADA ECO

19

PASTA TRICOLOR AMB SALS DE TOMÀQUET

POLLASTRE AL FORN AMB GUARNICIÓ D'AMANIDA

IOGURT DE SOJA

20

BRÒQUIL ECOLÒGIC BULLIT AMB PATATA I PASTANAGA

FILET DE LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I BLAT DE MORO

FRUITA DE TEMPORADA

23

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA

TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I PASTANAGA ECOLÒGICA

FRUITA DE TEMPORADA ECO

24

TALLARINES ECOLÒGIQUES AMB SALS DE TOMÀQUET

LLUÇ AL FORN AMB PISTO I AMANIDA DE GUARNICIÓ

FRUITA DE TEMPORADA

25

CREMA DE LLEGUMS AMB VERDURES

ARRÒS ECOLÒGIC BULLIT AMB TOMÀQUET I OU DUR

FRUITA DE TEMPORADA

26

PATATA I MONGETA VERDA BULLIDES

ESTOFAT DE POLLASTRE AMB XAMPINYONS ECOLÒGICS

FRUITA DE TEMPORADA ECO

27

ARRÒS AMB SALS DE TOMÀQUET

HAMBURGUESA SENSE AL ÈRGENS AMB ENCIAM I BLAT DE MORO

IOGURT DE SOJA

30

MACARRONS ECOLÒGICS A LA ITALIANA (amb olives negres)

LLUÇ AL FORN AMB LLIMONA AMB ENCIAM I TOMÀQUET

FRUITA DE TEMPORADA

31

PATATES ESTOFADES AMB PÈSOLS I SÍPIA

CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I BLAT DE MORO

IOGURT DE SOJA

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

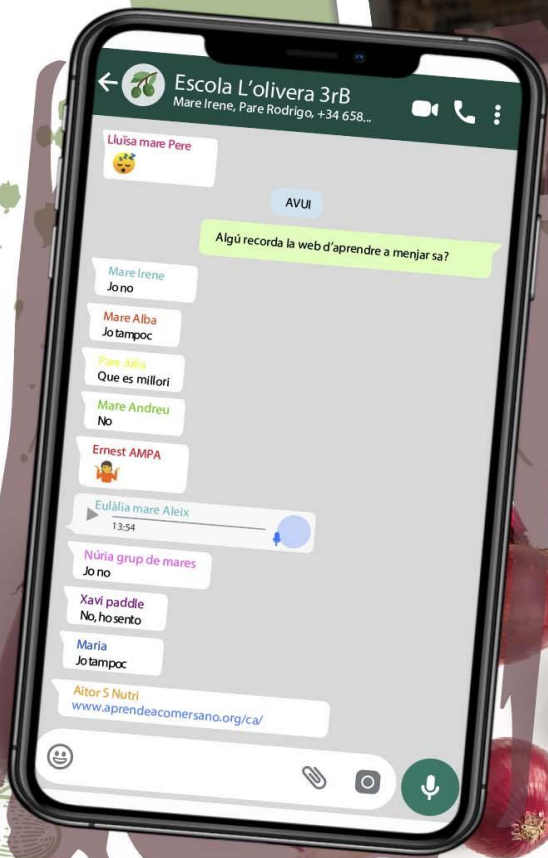
JOANNA GISBERT
nºColegiada: CAT001068

Joanna

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.