

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

		1	2	3
		MONGETA VERDA ECO BULLIDA AMB OLI D'OLIVA	MONGETES BLANQUES ECO ESTOFADES AMB PASTANAGA	ARRÒS ECO BLANC AMB BLAT DE MORO, PASTANAGA I PÈSOLS
		CAP DE LLOM AL FORN AMB XAMPINYONS	POLLASTRE AL FORN AMB SAMFAINA (amb salsa de tomàquet eco)	TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM I OLIVES
		FRUITA DE TEMPORADA ECO	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA ECO
6	7	8	9	10
FESTIU	ARRÒS ECO BULLIT AMB SALSA DE TOMÀQUET	PÈSOLS ECO BULLITS AMB PASTANAGA ECO I PATATA	ESPIRALS ECO AMB OLI D'OLIVA I FORMATGE	CREMA DE VERDURES (amb brocoli eco, bledes eco, ceba eco i patata eco)
	TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES	ROTLLETS DE PRIMAVERA AL FORN AMB ENCIAM I TOMÀQUET ECO	CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM ECO I BLAT DE MORO	DAUS RAP AL FORN AMB PATATA AL FORN
	FRUITA DE TEMPORADA ECO	FRUITA DE TEMPORADA ECO	IOGURT DE COOPERATIVA	FRUITA DE TEMPORADA
13	14	15	16	17
MACARRONS INTEGRALS ECO AMB SALSA DE CARBASSA	MONGETES BLANQUES BULLIDES AMB PATATA	ARRÒS ECO TRES DELÍCIES (blat de moro, pastanaga eco i pèsols eco)	MONGETA VERDA BULLIDA AMB PATATA	PATATA I COLIFLOR ECO BULLIDA AMB OLI D'OLIVA
TRUITA DE PATATA I CEBA AMB ENCIAM I OLIVES	CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA ECO	FILET D'ABADEJO AL FORN AMB PISTO (albergínia eco) I QUINOA ECO	CIGRONS ECO GUISATS AMB VERDURES (espinacs, pastanaga, ceba i tomàquet)	CARN MAGRA DE PORC AMB SALSA DE CEBA AMB ENCIAM I TOMÀQUET ECO
FRUITA DE TEMPORADA ECO	IOGURT DE COOPERATIVA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA ECO	FRUITA DE TEMPORADA
20	21	22	23	24
ARRÒS ECO BULLIT AMB PÈSOLS ECOLÒGICS I SALSA DE TOMÀQUET	CIGRONS ECO BULLITS AMB PATATA	MENÚ ESPECIAL FI DE CURS ESPIRALS ECO AMB SALSA DE TOMÀQUET ECO I FORMATGE RATLLAT	SOPA D'AU AMB PASTA	FESTIU
FILET D'ABADEJO AL FORN AMB SALSA DE CEBA I PASTANAGA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I TOMÀQUET ECO	HAMBURGUESA MIXTA AMB ENCIAM I PASTANAGA	PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I OLIVES	
FRUITA DE TEMPORADA ECO	FRUITA DE TEMPORADA ECO	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT COOPERATIVA D'LOT	
27	28	29	30	
LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA	TALLARINES AMB SALSA DE FORMATGE	CREMA DE LLEGUMS AMB VERDURES	MONGETA VERDA AMB PATATA BULLIDA I OLI D'OLIVA	
TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I TOMÀQUET	LLUÇ AL FORN AMB PISTO AMB ENCIAM I OLIVES	ARRÒS BULLIT AMB SALSA DE TOMÀQUET I OU DUR	ESTOFAT DE POLLASTRE AMB XAMPINYONS	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	

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

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

MONGETA VERDA ECO BULLIDA AMB OLI D'OLIVA

CAP DE LLOM AL FORN AMB XAMPINYONS

FRUITA DE TEMPORADA ECO

8

PÈSOLS ECO BULLITS AMB PASTANAGA ECO I PATATA

ROTLETS DE PRIMAVERA AL FORN AMB ENCIAM I TOMÀQUET ECO

FRUITA DE TEMPORADA ECO

15

ARRÒS ECO TRES DELÍCIES (blat de moro, pastanaga eco i pèsols eco)

FILET D'ABADEJO AL FORN AMB PISTO (albergínia eco) I QUINOA ECO

FRUITA DE TEMPORADA

22

MENÚ ESPECIAL FI DE CURS

ESPIRALS ECO AMB SALSA DE TOMÀQUET ECO

HAMBURGUESA SENSE AL LÈRGENS AMB ENCIAM I PASTANAGA

FRUITA DE TEMPORADA

29

CREMA DE LLEGUMS AMB VERDURES

ARRÒS BULLIT AMB SALSA DE TOMÀQUET I OU DUR

FRUITA DE TEMPORADA

2

MONGETES BLANQUES ECO ESTOFADES AMB PASTANAGA

POLLASTRE AL FORN AMB SAMFAINA (amb salsa de tomàquet eco)

FRUITA DE TEMPORADA

9

ESPIRALS ECO AMB OLI D'OLIVA

CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM ECO I BLAT DE MORO

IOGURT DE SOJA

16

MONGETA VERDA BULLIDA AMB PATATA

CIGRONS ECO GUIATS AMB VERDURES (espinacs, pastanaga, ceba i tomàquet)

FRUITA DE TEMPORADA ECO

23

SOPA D'AU AMB PASTA

PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I OLIVES

IOGURT DE SOJA

30

MONGETA VERDA AMB PATATA BULLIDA I OLI D'OLIVA

ESTOFAT DE POLLASTRE AMB XAMPINYONS

FRUITA DE TEMPORADA

3

ARRÒS ECO BLANC AMB BLAT DE MORO, PASTANAGA I PÈSOLS

TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM I OLIVES

FRUITA DE TEMPORADA ECO

10

CREMA DE VERDURES (amb brocoli eco, bledes eco, ceba eco i patata eco)

DAUS RAP AL FORN AMB PATATA AL FORN

FRUITA DE TEMPORADA

17

PATATA I COLIFLOR ECO BULLIDA AMB OLI D'OLIVA

CARN MAGRA DE PORC AMB SALSA DE CEBA AMB ENCIAM I TOMÀQUET ECO

FRUITA DE TEMPORADA

24

FESTIU

6

FESTIU

7

ARRÒS ECO BULLIT AMB SALSA DE TOMÀQUET

TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES

FRUITA DE TEMPORADA ECO

14

MONGETES BLANQUES BULLIDES AMB PATATA

CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA ECO

IOGURT DE SOJA

21

CIGRONS ECO BULLITS AMB PATATA

TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I TOMÀQUET ECO

FRUITA DE TEMPORADA ECO

28

TALLARINES SALTEJATS AMB XAMPINYONS

LLUÇ AL FORN AMB PISTO AMB ENCIAM I OLIVES

FRUITA DE TEMPORADA

13

MACARRONS INTEGRALS ECO AMB CARBASSA SALTEJADA

TRUITA DE PATATA I CEBA AMB ENCIAM I OLIVES

FRUITA DE TEMPORADA ECO

20

ARRÒS ECO BULLIT AMB PÈSOLS ECOLÒGICS I SALSA DE TOMÀQUET

FILET D'ABADEJO AL FORN AMB SALSA DE CEBA I PASTANAGA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO

FRUITA DE TEMPORADA ECO

27

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA

TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I TOMÀQUET

FRUITA DE TEMPORADA

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

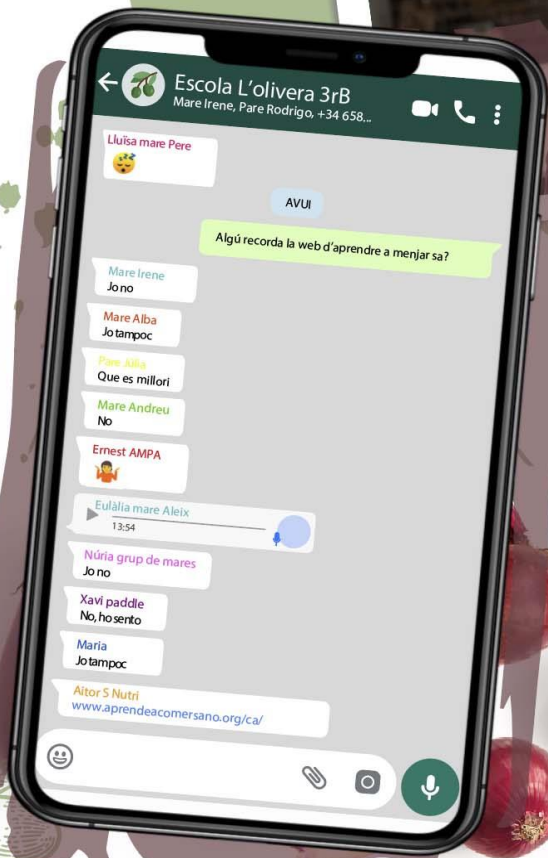
JOANNA GISBERT
nºColegiada: CAT001068

Y
Joanna
GISBERT

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.