

# COL·LEGI LA MERCÈ - RECOMANACIÓ DE SOPARS

Novembre - 2022

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIU

2

RISOTTO DE BOLETS  
SALMÓ A LA PLANXA  
FRUITA

3

ESPAGUETIS AMB PESTO  
TRUITA DE FORMATGE AMB CIBULET  
FRUITA

4

RECEPTA FISH REVOLUTION  
SOPA MINISTRONE  
GALL DINDI A LA PLANXA  
FRUITA

7

LASANYA VEGETAL D'ESPINACS AMB  
SALSA DE TOMÀQUET I PARMESÀ  
LLOM DE PORC AL FORN  
FRUITA

8

CARXOFES SALTEJADES  
POLLASTRE A LA PEPITORIA  
FRUITA

9

PANATXÉ DE VERDURES  
TRUITA DE RIU MEDITERRANI AMB  
OLIVES  
FRUITA

10

JORNADA THAILENESA  
SOPA D'ESTELS  
GALL DINDI A LA PLANXA  
FRUITA

11

ARRÒS AMB CARABASSA I TRIGUEROS  
REMENAT DE XAMPINYONS  
FRUITA

14

CREMA DE CARABASSA (ECOLÒGIC)  
I CURRI  
PERNILETS DE POLLASTRE A LA  
ÇAÇADORA  
FRUITA

15

SOPA DE VERDURES I ORDÍ  
SECRET A LA PLANXA  
FRUITA

16

RISOTTO AMB VERDURES  
CONILL AMB ALLADA  
FRUITA

17

PASTÍS DE PATATA I ALBERGÍNIA  
GRATINADA  
DAURADA AL FORN  
FRUITA

18

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT  
BLEDES A LA GALLEGA AMB PEBRE  
ROIG  
REMENAT D'ALLI I GAMBES  
FRUITA

21

CREMA DE PORROS, BLEDES I CEBA  
TRUITA DE CARBASSÓ  
FRUITA

22

RISOTTO A LA VALDOSTANA  
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU  
SUC  
FRUITA

23

CANELONS DE BOLETS  
TRUITA A LA NAVARRA  
FRUITA

24

JORNADA FISH REVOLUTION  
BORRATGES AMB AMB OLI D'OLIVA  
CONILL ROSTIT AMB LLIMONA I  
FARIGOLA  
FRUITA

25

AMANIDA OLIVIER (PATATA,  
PASTANAGA, PÈSOL, MONGETA  
TENDRA, TONYINA, OU, OLIVES I  
MAIONESA)  
GALL DINDI AL FORN  
FRUITA

28

CREMA DE VERDURES  
SALMÓ AL FORN  
FRUITA

29

PÈSOLS AMB PASTANAGA  
GALL DINDI A LA PLANXA  
FRUITA

30

LASANYA DE TONYINA  
REMENAT DE XAMPINYONS  
FRUITA

AQUI  
ES CUINA  
100% AMB  
OLI  
D'OLIVA

[aprendeacomersano.org](http://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