

COL·LEGI LA MERCÈ

Dieta: SENSE FRUCTOSA NI LACTOSA (VEURE LLISTA)

Novembre - 2022

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIU

2

SOPA DE PASTA (SENSE CARN, SENSE PASTANAGA)
TIRES DE POLLASTRE A LA PLANXA
AMANIDA VERDA

3

PURÉ DE PATATES
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC

4

RECEPTA FISH REVOLUTION
ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS
FILET D'ABADEJO A LA PLANXA
AMANIDA VERDA

7

PATATES AL FORN
FILET DE LLUÇ AL FORN
AMANIDA VERDA

8

SOPA DE PASTA (SENSE CARN, SENSE PASTANAGA)
CINTA DE LLOM A LA PLANXA
AMANIDA VERDA

9

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS
OUS REMENATS
AMANIDA VERDA

10

JORNADA THAILENDESA
ESPAQUETIS SALTEJATS
FILET DE MAGRA A LA PLANXA
XAMPINYONS

11

ESPINACS AMB PATATES
POLLASTRE ROSTIT
AMANIDA VERDA

14

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS
FILET D'ABADEJO AL FORN
ENCIAM

15

PATATES AL FORN
TRUITA FRANCESA
AMANIDA VERDA

16

CREMA DE XAMPINYONS
POLLASTRE ROSTIT
PURÉ DE PATATES

17

SOPA DE PASTA (SENSE CARN, SENSE PASTANAGA)
REMENAT D'OU AMB BOLETS I XAMPINYÓ

18

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
MACARRONS SALTEJATS
LLOM A LA PLANXA
ENCIAM I OLIVES

21

PATATES AL FORN
FILET D'ABADEJO A LA PLANXA
AMANIDA VERDA

22

SOPA DE PASTA (SENSE CARN, SENSE PASTANAGA)
REMENAT DE XAMPINYONS

23

ESPINACS AMB PATATES
POLLASTRE ROSTIT
AMANIDA VERDA

24

JORNADA FISH REVOLUTION
ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS
TRUITA DE TONYINA
AMANIDA VERDA

25

PURÉ DE PATATES
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC

28

ESPAQUETIS SALTEJATS
POLLASTRE ROSTIT

29

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS
TRUITA FRANCESA
AMANIDA VERDA

30

CREMA DE XAMPINYONS
FILET DE MAGRA A LA PLANXA

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

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al·lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.
NO AFEGIR ALL, CEBA NI PEBRE EN CAP DE LES ELABORACIONS

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