

COL·LEGI LA MERCÈ

Dieta: SENSE OU, PLV, BLAT, FS NI FESOLS NEGRES

Novembre - 2022

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIU

2

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
BLAT DE MORO I OLIVES
FRUITA

3

CREMA DE CARABASSA, ROMANÍ I TARONJA
CIGRONS AMB VERDURES
FRUITA

4

RECEPTA FISH REVOLUTION
ARRÒS A LA JARDINERA (AMB VERDURETES A DAUS)
VERAT AMB ALLS EN SALSAS DE TOMÀQUET
AMANIDA VERDA
FRUITA

7

PATATES SALTADES AMB VERDURA
FILET DE LLUÇ AL FORN AMB SALSAS MERY
ENCIAM I COL LLOMBARDA
FRUITA

8

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

9

PAELLA AMB VERDURES
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
SAMFAINA
FRUITA

10

JORNADA THAILENDESA
PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSAS DE TOMÀQUET CASOLANA
FILET DE MAGRA A LA PLANXA
XAMPINYONS
FRUITA

11

MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA
POLLASTRE ROSTIT A L'ESTIL "CAJUN"
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

14

ARRÒS AMB VERDURES
FILET D' ABADJO AMB SALSAS
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

15

MONGETES BLANQUES GUIADES AMB CARABASSA
FILET DE MAGRA A LA PLANXA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

16

CREMA DE VERDURES
POLLASTRE AMB ALLADA
PURÉ DE PATATES
FRUITA

17

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
"COCIDO" COMPLET AMB PILOTA
FRUITA

18

DIA UNIVERSAL DE L'INFANT
PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSAS DE TOMÀQUET CASOLANA
TIRES DE LLOM DE PORC NATURAL FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I OLIVES
GELATINA DE MADUIXA

21

PATATES GUIADES AMB VERDURES
FILET D' ABADJO A LA PLANXA
AMANIDA DE TOMÀQUET
FRUITA

22

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
MANDONGUILLES AMB PASTANAGA I PÈSOLS
FRUITA

23

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA, PATATA)
POLLASTRE AMB LLIMONA
ENCIAM I REMOLATXA
FRUITA

24

JORNADA FISH REVOLUTION
ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
FILET DE LLUÇ AL FORN
AMANIDA VERDA
COMPOTA DE FRUITES

25

CREMA DE PASTANAGA I MONIATO
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC
FRUITA

28

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSAS DE TOMÀQUET CASOLANA
POLLASTRE AL FORN AMB PASTANAGA
FRUITA

29

MONGETES BLANQUES AMB VERDURES
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

30

CREMA DE PORROS NATURAL
CIGRONS AMB VERDURES
FRUITA

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.

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