

COL·LEGI LA MERCÈ

Dieta: SENSE FRUITS SECS I LTP

Juny - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

MENÚ ESCOLLIT PELS ALUMNES DE 1er

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
PATATES XIPS
IOGURT NATURAL

2

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
OUS AMB SALSA AURORA
ENCIAM I CEBA
IOGURT

5

FIDEUA AMB BOLETS SENSE GLÚTENS NI OU
POLLASTRE AMB ALLADA
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

6

LLENTIES ESTOFADES
TIRÉS DE LLOM DE PORC NATURAL FREGIDES
AMB MAIZENA
ENCIAM
FRUITA

7

BRÒQUIL AMB BEIXAMEL
TRUITA DE PATATES
AMANIDA VERDA
IOGURT NATURAL

8

CREMA DE CARBASSÓ
CIGRONS AMB VERDURES
FRUITA

9

JORNADA FISH REVOLUTION

ARRÒS THAI
SEITONS A L'ANDALUSA
AMANIDA VERDA
FRUITA

12

ARRÒS AMB VERDURES
TRUITA DE TONYINA
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE MORO
FRUITA

13

CREMA DE VERDURES
POLLASTRE AMB ALLADA
AMANIDA D'ENCIAM, OLIVES I BLAT DE MORO
FRUITA

14

AMANIDA DE PASTA SENSE GLUTEN NI OU (PASTANAGA, BLAT DE MORO I OLIVA VERDA)
LLUÇ A LA PLANXA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

15

PÈSOLS SALTEJATS
FILET DE PORC A LA PLANXA
PATATES A DAUS
FRUITA

16

SOPA DE PASTA SENSE OU DUR NI GLUTEN AMB PASTANAGA
CIGRONS AMB SALSA BOLONYESA VEGETAL
FRUITA

19

MENÚ ESPECIAL DE FI DE CURS

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSA DE TOMÀQUET CASOLANA
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
PATATES FREGIDES
FRUITA

20

ARRÒS AMB VERDURES
POLLASTRE ROSTIT
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

21

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM
FRUITA

22

CREMA DE VERDURES
PIZZA
IOGURT NATURAL

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

Observacions: No utilitzar ingredients que continguin l'al·lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés.

COMPASS Scolarest

SCOLAREST

*Alimentació
saludable i
sostenible*

COMPASS
GROUP | Scolarest

AQUÍ ES CUINA 100% AMB OLI D'OLIVA

SI HEM DINAT:

CEREALS, FÈCULES O LLEGUMS

VERDURES

CARN

PEIX

OU

FRUITA

LÀCTICS

PODEM SOPAR:

HORTALISSES CRUES O LLEGUMS CUITS

CEREALS 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