

COL·LEGI LA MERCÈ

Dieta: SENSE FRUITS SECS I LTP

Desembre - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

ESCUDELLA DE VERDURES AMB ESTELS
POLLASTRE A LA CAÇADORA
ENCIAM I CEBA
FRUITA

4

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA

5

MONGETES BLANQUES ESTOFADES
TRUITA DE TONYINA
BLAT DE MORO
I OGURT

6

FESTIU

7

FESTIU

8

FESTIU

11

LLENTIES ESTOFADES
CROQUETES DE PERNIL
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO
FRUITA

12

PAELLA AMB VERDURES
BACALLÀ AL FORN AMB PURÉ DE COLIFLOR
AMB OLI D'OLIVA, PASTANAGA I SÈSAM
I OGURT

13

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET
NATURAL I ORENGA
TRUITA DE FORMATGE
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

14

MONGETES TENDRES AMB OU DUR
CANELONS AMB BEIXAMEL I FORMATGE
FRUITA

15

JORNADA TORRE EIFFEL (FRANÇA)
CREMA PARMENTIER
FILET DE POLLASTRE A LA FRANCESA
AMANIDA VERDA
FRUITA

18

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
TRUITA A LA FRANCESA
ENCIAM
FRUITA

19

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
PASTANAGA
CRESTES DE TONYINA
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

20

MENÚ ESPECIAL DE NADAL
SOPA DE NADAL
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
AMANIDA VERDA
GELAT

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 BENES-
TAR 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