

COL·LEGI LA MERCÈ

Dieta: SENSE OU, PLV, BLAT, FRUITS SECS, CACAUETS NI FESOLS NEGRES

Desembre - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
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
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

6

FESTIU

7

FESTIU

8

FESTIU

11

PATATES GUISADES AMB PASTANAGA
CINTA DE LLOM A LA PLANXA
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
FRUITA

13

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB Salsa DE TOMÀQUET CASOLANA
ALETES DE POLLASTRE AMB ALLADA
ENCIAM, BLAT DE MORO I PASTANAGA
FRUITA

14

MONGETES TENDRES SALTEJADES
CARN MAGRA DE PORC AMB TOMÀQUET I
PATATES A DAUS
FRUITA

15

JORNADA TORRE EIFFEL (FRANÇA)
CREMA PARMENTIER
POLLASTRE ROSTIT
TOMÀQUET PROVENÇAL
FRUITA

18

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES
FILET DE PORC EN Salsa
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

19

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB PASTANAGA
ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

20

MENÚ ESPECIAL DE NADAL
SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
AMANIDA VERDA
FRUITA

**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