

VEDRUNA SALLENT

Dieta: SENSE KIWI

Maig - 2022

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

ESCUDELLA DE VERDURES AMB ESTELS
FILET DE PORC AMB SALSÀ DEMIGLACE
AMANIDA DE TOMÀQUET, BLAT DE MORO I
OLIVES
FRUITA

3

MENÚS DELS INFANTS

ARRÒS AMB TOMÀQUET
CROQUETES DE POLLASTRE
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET,
PASTANAGA I OLIVES
GELAT

4

LLENTIES AMB VERDURES
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

5

RECEPTA FISH REVOLUTION

FIDEUÀ AMB VERDURES (PÈSOL, MONGETA
TENDRA, PASTANAGA, PEBROT, CEBÀ)
SALMÓ AI FORN AMB MOJO D'OLI D'OLIVA I
HERBES EN LLIT DE PATATES
FRUITA

6

MONGETES TENDRES AMB PERNIL A LA
PROVENÇAL
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB ALLADA
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET I PASTANAGA
RATLLADA
FRUITA

9

CREMA DE VERDURES AMB CROSTONETS DE
PA
ESTOFAT DE GALL DINDI
FRUITA

10

MONGETES BLANQUES ESTOFADES
TRUITA DE PATATA I CEBÀ
AMANIDA VERDA
FRUITA

11

OCEÀ PACÍFIC: HAWAII

AMANIDA HAWAIANA (Enciam, pasta tricolor,
blat de moro i pinya)
ALOHA POKE DE POLLASTRE I QUINOA
(ECOLÒGIC) AMB TOMÀQUET I CEBÀ
GELAT

12

SOPA DE FIDEUS
CIGRONS AMB VERDURES I COUS COUS
FRUITA

13

ARRÒS AMB TOMÀQUET I CEBÀ
SEITONS A L'ANDALUSA
CORNFLAKES
FRUITA

16

LLENTIES ESTOFADES
POLLASTRE ROSTIT A L'ESTIL "CAJUN"
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT DE
MORO
FRUITA

17

CREMA DE PASTANAGUES I PORROS
TIRÉS DE CALAMAR I CRESTES
AMANIDA ITALIANA DE TOMÀQUET, CEBÀ I
OLIVES AMB OLI D'ALFÀBREGA
FRUITA

18

ARRÒS GRATINAT AMB VERDURES
TRUITA DE TONYINA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

19

PÈSOLS AMB PATATES
MANDONGUILLES AMB XAMPINYONS
FRUITA

20

SANTA JOAQUIMA

ESPAGUETIS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET
NATURAL I ORENGA
GALL DINDI I FORMATGE ARREBOSSAT
AMANIDA VERDA
GELAT

23

MACARRONS AMB TOMÀQUET
BACALLÀ ARREBOSSAT
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

24

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB BLEDES
TRUITA DE FORMATGE
AMANIDA D' ENCIAM, CEBÀ I TOMÀQUET
I OGURT

25

BRÒQUIL I PATATA GRATINATS AMB
FORMATGE EDAM
POLLASTRE AL FORN AMB BRESA DE CEBÀ I
PEBROT
FRUITA

26

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
PIZZA VEGETAL
FRUITA

27

PAELLA AMB VERDURES
HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB SALSÀ
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

30

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
OUS AL FORN AMB SAMFAINA
FRUITA

31

VICHYSOISE
LASANYA DE CARN AMB BEIXAMEL
CASOLANA
FRUITA

AQUÍ ES
CUINA
100% AMB
OLI
D'OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program

Be Curious
Skoolarest

¡CONVIÉRTETE
EN SU GUARDIÁN!

FISH
REVOLUTION

SABOREANDO
LOS
MARES

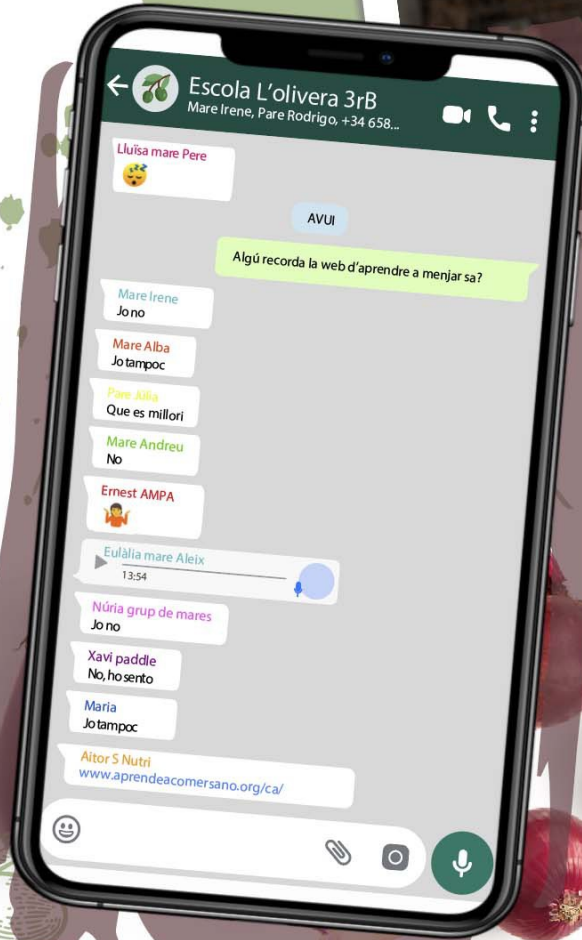
grow
FOOD
BANKS

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

AITOR SANCHEZ

Aprèn a menjar sa amb L'Aitor Sánchez i Scolarest

ACEITES DE OLIVA DE ESPAÑA I COMPASS GROUP | SCOLAREST T'OFEREIXEN UN
PROGRAMA PRÀCTIC, PROGRESSIU I FLEXIBLE PER TRANSFORMAR ELS TEUS
HÀBITS ALIMENTARIS I MILLORAR LA QUALITAT DE VIDA DE TOTA LA FAMÍLIA.



SI HEM DINAT:	PODEM SOPAR:
CEREAIS, FÈCULES O LLEGUMS	HORTALISSES CRUES O LLEGUMS CUITS
VERDURES	CEREAIS O FÈCULES
CARN	PEIX O OU
PEIX	CARN MAGRA O OU
OU	PEIX O CARN MAGRA
FRUITA	LÀCTICS O FRUITA
LÀCTICS	FRUITA

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.