

VEDRUNA SALLENT

Dieta: SENSE PORC

Maig - 2022

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

SOPA DE PASTA (SENSE CARN, SENSE PASTANAGA)
FILET DE GALL DINDI A LA PLANXA
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, CEBA)
SALMÓ AI FORN AMB MOJO D'OLI D'OLIVA I HERBES EN LLIT DE PATATES
FRUITA

6

MONGETES TENDRES SALTEJADES
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 CEBA
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 CEBA
GELAT

12

SOPA DE PASTA (SENSE CARN, SENSE PASTANAGA)
CIGRONS AMB VERDURES I COUS COUS
FRUITA

13

ARRÒS AMB TOMÀQUET I CEBA
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
TIRES DE CALAMAR I CRESTES
AMANIDA ITALIANA DE TOMÀQUET, CEBA I OLIVES AMB OLI D'ALFÀBREGA
FRUITA

18

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

19

PÈSOLS AMB PATATES
FILET DE VEDELLA A LA PLANXA
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, CEBA I TOMÀQUET
IYGURT

25

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

26

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB CROSTONS
PIZZA VEGETAL
FRUITA

27

PAELLA AMB VERDURES
FILET DE VEDELLA A LA PLANXA
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

30

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
OUS AL FORN AMB SAMFAINA
FRUITA

31

VICHYSOISE
POLLASTRE AMB SALS
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.