

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

2

LLENTIES AMB VERDURES (CEBA I PEBROT)  
CROQUETES DE POLLASTRE  
AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA,  
OLIVES VERDES I BLAT DE MORO  
FRUITA

3

ARRÒS A LA JARDINERA (AMB VERDURETES  
A DAUS)  
TRUITA DE CARBASSÓ  
ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA

4

CREMA DE CARBASSÓ  
ESTOFAT DE GALL DINDI  
AMANIDA DE TOMÀQUET, BLAT DE MORO I  
OLIVES  
FRUITA

5

FIDEUÀ AMB VERDURES ( PÈSOL, MONGETA  
TENDRA, PASTANAGA, PEBROT, CEBA)  
FILET DE LLUÇ AL FORN  
ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE  
FRUITA

6

MONGETES TENDRES SALTEJADES AMB  
PEBRE VERMELL  
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB ALLADA  
AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I  
PASTANAGA RATLLADA  
IOGURT COOPERATIVA D'OTOT

9

CREMA DE BLEDES, PASTANAGA,  
CARBASSÓ I PATATA  
CANELONS FARCITS DE CARN AMB  
BEIXAMEL SUAU  
ENCIAM I OLIVES  
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

AMANIDA VARIADA (ENCIAM, TOMÀQUET,  
OU DUR, PASTANAGA)  
ROMESCADA DE CIGRONS AMB ARRÒS  
BASMATI  
FRUITA

13

ARRÒS AMB TOMÀQUET I CEBA  
SEITONS A L'ANDALUSA  
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

16

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

17

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
CREMA DE PASTANAGUES I PORROS  
FRITADA FRUITI DI MARE (Tires de calamar,  
crestes de tonyina i patata marina)  
AMANIDA ITALIANA DE TOMÀQUET, CEBA I  
OLIVES AMB OLI D'ALFÀBREGA  
FRUITA

18

ARRÒS AL CURRI AMB VERDURES  
TRUITA DE FORMATGE  
AMANIDA D'ENCIAM, REMOLATXA I BLAT  
DE MORO  
IOGURT COOPERATIVA D'OTOT

19

ESPAGUETIS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET  
NATURAL I ORENGA  
FILET DE LLUÇ A LA LLAUNA  
FRUITA

20

PÈSOLS AMB PASTANAGA  
FILET DE PORC AMB SALSÀ DEMIGLACE  
FRUITA

23

MACARRONS AMB TOMÀQUET  
FILET D'ABADEJO ORLY (ARREBOSSAT I  
FREGIT)  
ENCIAM I COL LLOMBARDA  
FRUITA

24

CREMA DE VERDURES  
GUISAT DE CALAMARS  
PATATES A DAUS  
FRUITA

25

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

26

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB  
BLEDES  
TRUITA DE TONYINA  
AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I TOMÀQUET  
IOGURT COOPERATIVA D'OTOT

27

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

30

LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA  
TRUITA DE PATATES  
TOMÀQUET AMANIT  
FRUITA

31

VICHYSOISE  
MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL  
DE LEGUMBRETA  
FRUITA

**AQUÍ ES  
CUINA  
100% AMB  
OLI  
D'OLIVA**

[aprendeacomersano.org](http://aprendeacomersano.org)

**STOP FOOD WASTE**   
Program

**Skoolarest**

**¡CONVIÉRTETE  
EN SU GUARDIÁN!**

**FISH  
REVOLUTION**

**SABOREANDO  
LOS  
MARES**

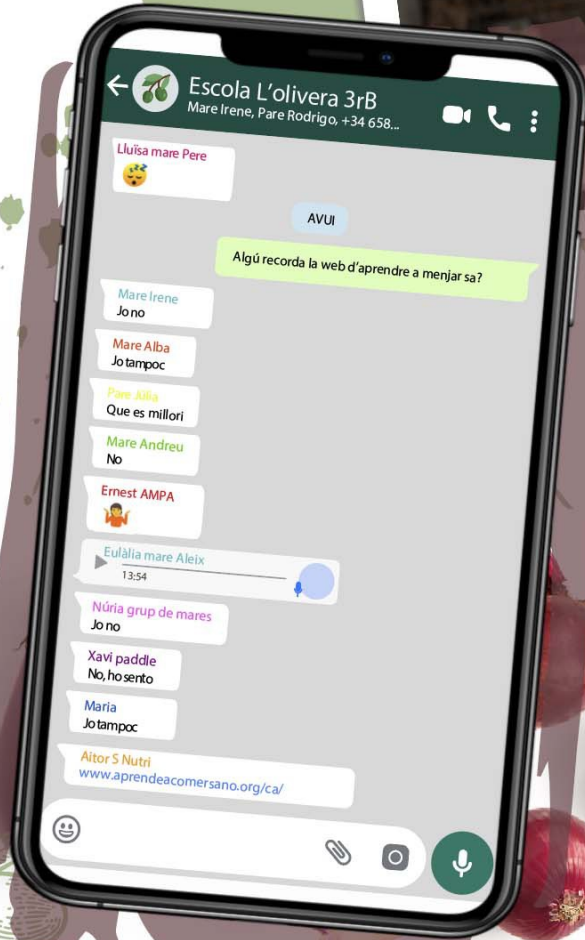
**grow  
FOOD  
BANKS**

NOTES: Els nostres menús inclouen PA i la beguda serà AIGUA.

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.