

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

MONGETES TENDRES AMB PATATES  
POLLASTRE (CONTRACUIXA) AMB LLIMONA  
ENCIAM I BLAT DE MORO  
IOGURT COOPERATIVA D' OLOT

2

ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET I FORMATGE  
RATLLAT  
CALDERETA DE DAUS DE RAP AMB  
CALAMARS  
FRUITA

3

LLIURE DISPOSICIÓ

6

FESTIU

7

AMANIDA DE PASTA, BLAT DE MORO I  
TOMÀQUET  
TRUITA DE FORMATGE AMB CIBULET  
ENCIAM I REMOLATXA  
IOGURT COOPERATIVA D' OLOT

8

ARRÒS AMB TOMÀQUET I CEBA  
TEMPURA CRUIXENT D'ABADEJO  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

9

LLENTIES ESTOFADES DE L'ÀVIA  
CROQUETES DE PERNIL  
ENCIAM I PEBROT VERMELL  
FRUITA

10

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB  
CROSTONS  
MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL  
DE LEGUMBRETA  
FRUITA

13

PÈSOLS AMB PASTANAGA  
CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT  
AMB ROMANÍ  
PATATA PANADERA  
FRUITA

14

GALETS AMB TOMÀQUET  
GUISAT DE GALL DINDI  
ENCIAM I CEBA  
FRUITA

15

MONGETES BLANQUES AMB PORRO I  
SALSA DE CÚRCUMA  
TRUITA DE PATATES  
ENCIAM I COGOMBRE  
FRUITA

16

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL,  
PASTANAGA, PATATA)  
CIGRONS AMB QUINOVA (ECOLÒGIC) I  
WOK DE VERDURES  
FRUITA

17

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES  
FILET DE LLUÇ AL FORN  
AMANIDA AMB BROS DE SOIA  
IOGURT COOPERATIVA D' OLOT

20

VICHYSOISE  
POLLASTRE AL FORN AMB BRESA DE CEBA  
I PEBROT  
FRUITA

21

AMANIDA DE LLENTIES AMB ENCIAM,  
TOMÀQUET I PASTANAGA  
TRUITA DE TONYINA  
AMANIDA OLIVIER  
FRUITA

22

**MENÚ ESPECIAL DE FI DE CURS**  
AMANIDA VARIADA (ENCIAM, TOMÀQUET,  
OU DUR, PASTANAGA)  
HAMBURGUESA COMPLETA  
GELAT

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

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

**STOP FOOD WASTE**  
Program 

**Skoolarest**  
Be Curious

**¡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.