

VEDRUNA PALAMÓS

Dieta: SENSE FRUITS SECS, CÍTRICS, PRÉSSEC, CIRERES, KIWI NI ENCIAM

Juny - 2022

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

MONGETES TENDRES AMB PATATES
CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT
BLAT DE MORO
IOGURT

2

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

3

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE
MORO I PASTANAGA)
CINTA DE LLOM A LA PLANXA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

6

FESTIU

7

AMANIDA CAMPERA (PATATA, TOMÀQUET,
PEBROT ROJO, OLIVA, OU I TONYINA)
CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT
FRUITA

8

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
MEDALLÓ DE LLUÇ AL FORN
PASTANAGA RATLLADA
IOGURT

9

MACARRONS AMB PESTO
CROQUETES DE PERNIL
COGOMBRE
FRUITA

10

CIGRONS AMB PATATA
PIZZA DE PERNIL, TOMÀQUET I FORMATGE
FRUITA

13

AMANIDA ALEMANYA
CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT AMB
ROMANÍ
PURÉ DE PATATES
FRUITA

14

LLAÇOS AMB TOMÀQUET
FILET D'AGULLA DE PORC AI FORN AMB BRESA
DE CEBA I PEBROT
FRUITA

15

LLENTIES ESTOFADES DE L'ÀVIA
TRUITA DE PATATES
COGOMBRE
FRUITA

16

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
MANDONGUILLES A LA JARDINERA
IOGURT

17

ESPAGUETIS A LA CARBONARA
CROQUETES
PASTANAGA RATLLADA
IOGURT

20

AMANIDA OLIVIER (PATATA, PASTANAGA,
PÈSOL, MONGETA TENDRA, TONYINA, OU,
OLIVES I MAIONESA)
FILET DE LLUÇ ARREBOSSAT
SALSA DE TOMÀQUET
TOMÀQUET I BLAT DE MORO
FRUITA

21

PATATES AMANIDES
CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT
FRUITA

22

MENÚ ESPECIAL DE FI DE CURS

CREMA DE VERDURES
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
PATATES XIPS
IOGURT

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

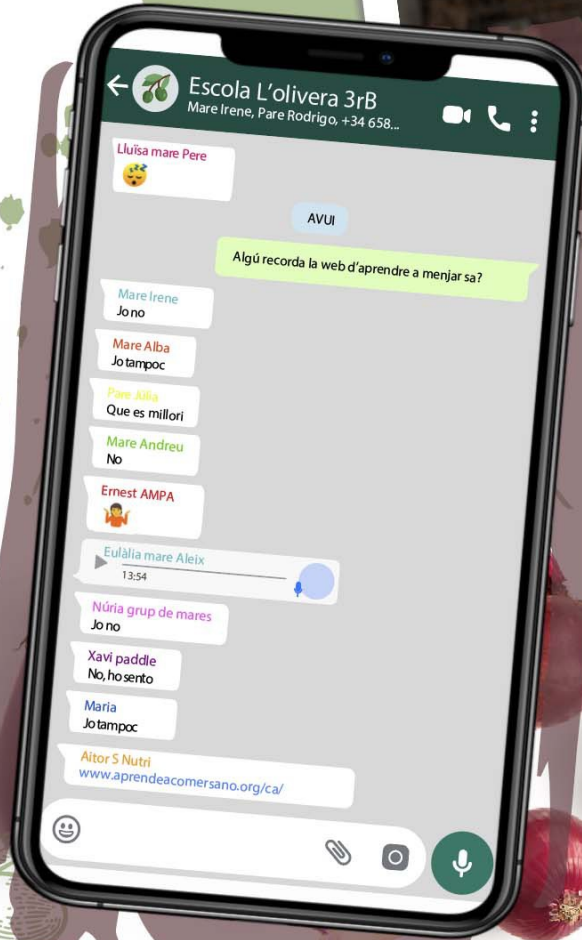
Grow
FOOD
BANKS

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.