

VEDRUNA PALAMÓS

Dieta: SENSE LACTOSA NI PLV

Juny - 2022

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

MONGETES TENDRES AMB PATATES
POLLASTRE (CONTRACUIXA) AMB LLIMONA
ENCIAM I BLAT DE MORO
POSTRE VEGETAL DE SOJA

2

MACARRONS AMB TOMÀQUET
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)
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL AMB POMA
FRUITA

8

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
FILET DE LLUÇ AL FORN
AMANIDA VERDA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

9

MACARRONS SALTEJATS
TIRES DE LLOM DE PORC NATURAL FREGIDES
AMB MAIZENA
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

10

CIGRONS AMB PATATA
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
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
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

16

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
MANDONGUILLES A LA JARDINERA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

17

ESPAQUETIS SALTEJATS
TIRES DE LLOM DE PORC NATURAL FREGIDES AMB
MAIZENA
AMANIDA VERDA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

20

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

21

AMANIDA DE LLENTIES
POLLASTRE ROSTIT AMB Salsa BARBACOA
FRUITA

22

MENÚ ESPECIAL DE FI DE CURS
AMANIDA VARIADA (ENCIAM, TOMÀQUET, OU
DUR, PASTANAGA)
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
PATATES XIPS
POSTRE VEGETAL DE SOJA

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

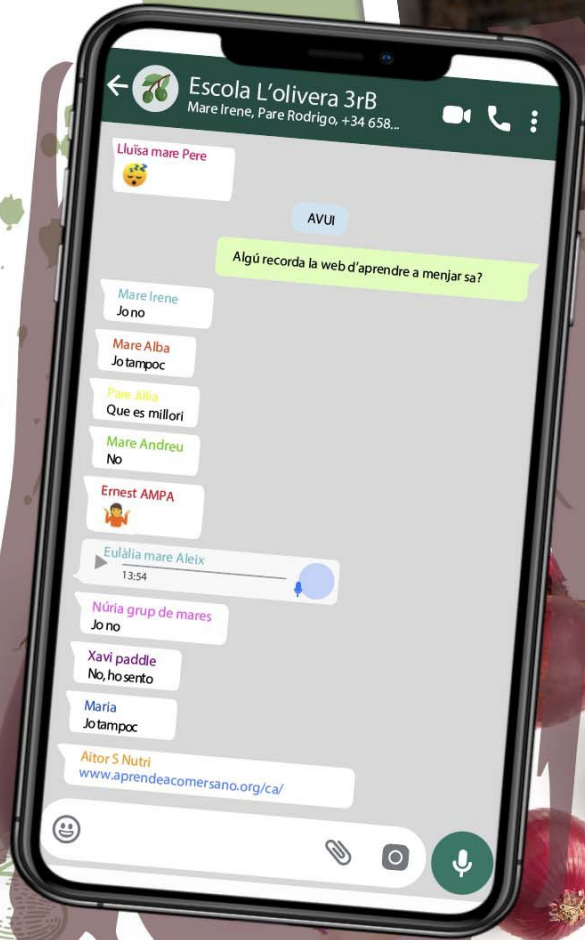
Grow
FOOD
BANKS

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:
CERELS, FÈCULES O LLEGUMS	HORTALISSES CRUES O LLEGUMS CUITS
VERDURES	CERELS 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.