

# VEDRUNA PALAMÓS

Dieta: SENSE OU, 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

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSÀ DE  
TOMÀQUET CASOLANA  
CALDERETA DE DAUS DE RAP AMB CALAMARS  
FRUITA

3

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

6

FESTIU

7

AMANIDA DE PATATES, TOMÀQUET, PEBROT,  
COGOMBRE I OLIVES  
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL AMB POMA  
FRUITA

8

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

9

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA  
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 DE PATATES, TOMÀQUET, PEBROT,  
COGOMBRE I OLIVES  
CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT AMB  
ROMANÍ  
PURÉ DE PATATES  
FRUITA

14

PASTA SENSE GLUTEN I NI OU AMB SALSÀ DE  
TOMÀQUET CASOLANA  
FILET D'AGULLA DE PORC AI FORN AMB BRESA  
DE CEBÀ I PEBROT  
FRUITA

15

LLENTIES ESTOFADES DE L'ÀVIA  
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA  
ENCIAM I COGOMBRE  
FRUITA

16

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

17

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA  
TIRES DE LLOM DE PORC NATURAL FREGIDES AMB  
MAIZENA  
AMANIDA VERDA  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

20

AMANIDA RUSSA NATURAL AMANIDA  
(PATATA, PASTANAGA BLAT DE MORO I  
OLIVES)  
FILET DE LLUÇ AL FORN  
SALSÀ DE TOMÀQUET  
TOMÀQUET I BLAT DE MORO  
FRUITA

21

AMANIDA DE LLENTIES  
POLLASTRE ROSTIT AMB SALSÀ BARBACOA  
FRUITA

22

**MENÚ ESPECIAL DE FI DE CURS**

AMANIDA D' ENCIAM I CEBÀ  
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA  
PATATES XIPS  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

AQUÍ ES  
CUINA  
100% AMB  
OLI  
D' OLIVA

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

STOP FOOD WASTE  
Program

Be Curious  
Skoolarest

¡CONVIÉRTETE  
EN SU GUARDIÁN!

FISH  
REVOLUTION

SABOREANDO  
LOS  
MARES

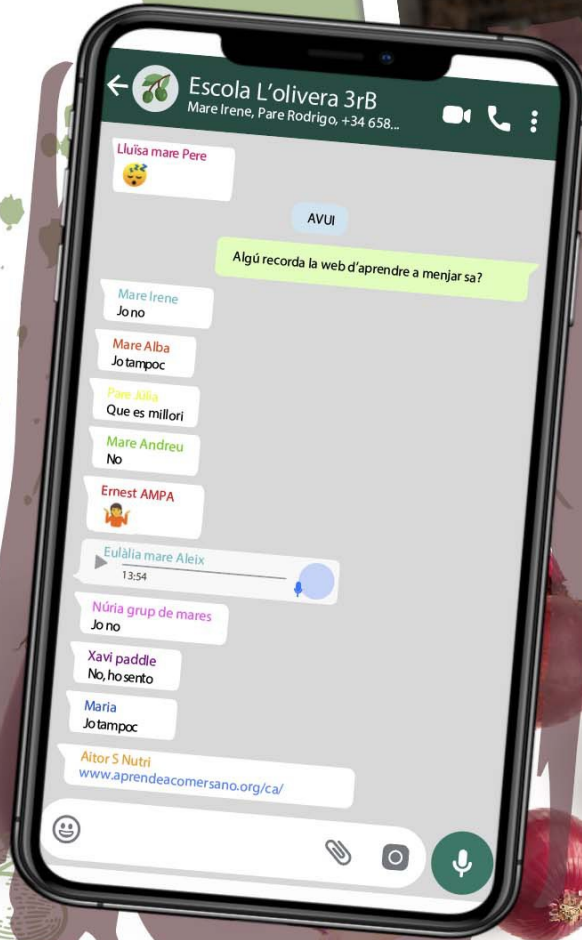
Grow  
FOOD  
BANKS

**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.



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.