

# VEDRUNA PALAMÓS

Dieta: SENSE PEIX

Juny - 2022

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

MONGETES TENDRES AMB PATATES  
POLLASTRE (CONTRACUIXA) AMB LLIMONA  
ENCIAM I BLAT DE MORO  
IOGURT

2

MACARRONS AMB TOMÀQUET I FORMATGE  
RATLLAT  
BROQUETES DE GALL DINDI  
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 DE PATATES, TOMÀQUET, PEBROT,  
COGOMBRE I OLIVES  
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL AMB POMA  
FRUITA

8

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA  
FILET DE GALL DINDI A LA PLANXA  
AMANIDA VERDA  
GELAT

9

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

16

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

17

ESPAGUETIS A LA CARBONARA  
TIRES DE LLOM DE PORC NATURAL FREGIDES AMB  
MAIZENA  
AMANIDA VERDA  
GELAT

20

AMANIDA RUSSA NATURAL AMANIDA  
(PATATA, PASTANAGA BLAT DE MORO I  
OLIVES)  
FILET DE GALL DINDI A LA PLANXA  
MAIONESA  
TOMÀQUET I BLAT DE MORO  
FRUITA

21

PATATES AMANIDES  
POLLASTRE ROSTIT AMB Salsa BARBACOA  
FRUITA

22

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

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

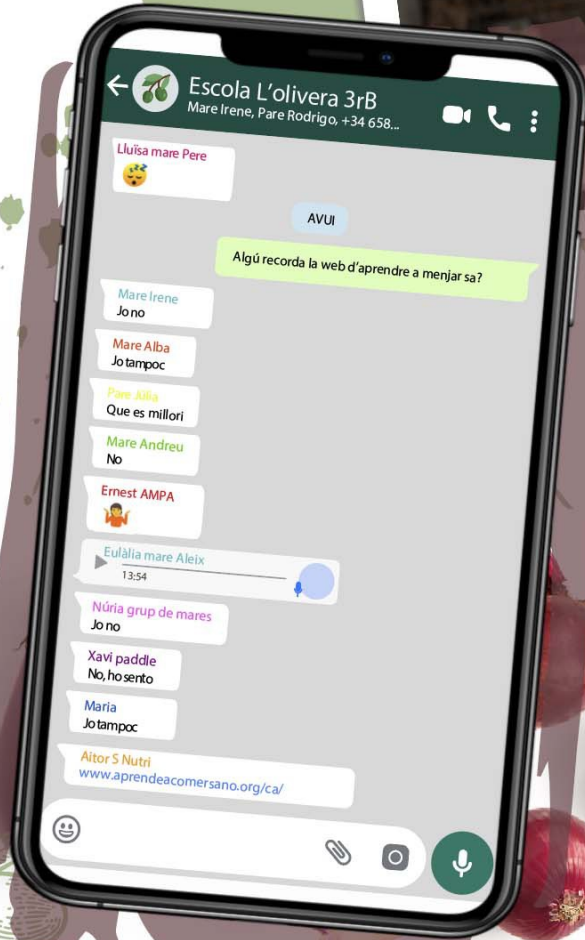
Grow  
FOOD  
BANKS

**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.



SI HEM DINAT:	PODEM SOPAR:
CEREALS, FÈCULES O LLEGUMS	HORTALISSES CRUES O LLEGUMS CUITS
VERDURES	CEREALS 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.