

# SANT GABRIEL SANT ADRIÀ

Dieta: SENSE MARISC NI FRUITS SECS

Març - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

□

□

1

CREMA DE VERDURA TRICOLOR (AMB PASTANAGA, BRÒQUIL I PATATA)  
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL AMB POMA  
FRUITA

2

LENTIES AMB JARDINERA  
SAN JACOBO DE GALL DINDI I FORMATGE AL FORN  
TOMÀQUET I BLAT DE MORO  
FRUITA

3

PAELLA AMB VERDURES  
FILET D'ABADEJO AL FORN  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

6

MACARRONS A LA ITALIANA  
POLLASTRE AMB LLIMONA  
ENCIAM, TOMÀQUET I BROTS DE MONGETA (MUNGO)  
FRUITA

7

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB CROSTONS  
CIGRONS AMB SALSA BOLONYESA VEGETAL  
FRUITA

8

MONGETES TENDRES SALTEJADES AMB PERNIL  
TIRES DE LLOM DE PORC NATURAL FREGIDES AMB MAIZENA  
AMANIDA D'ENCIAM, OLIVES I BLAT DE MORO  
IOGURT

9

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB BOLETS  
TRUITA DE PATATES  
ENCIAM I TOMÀQUET  
FRUITA

10

**RECEPTE FISH REVOLUTION**  
ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA  
FILET D'ABADEJO AMB SALSA  
FRUITA

13

SOPA MERAVELLA  
VEDELLA AMB SALSA  
FRUITA

14

BRÒQUIL I PATATA GRATINATS AMB FORMATGE EDAM  
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN AMB BRESA DE CEBA I PEBROT  
FRUITA

15

LENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA  
TRUITA DE TONYINA  
ENCIAM I OLIVES  
FRUITA

16

**MASA!**  
GITHERI (MONGETES PINTES AMB BLAT DE MORO A L'ESTIL KENIÀ)  
NYAMA CHOMA DE POLLASTRE  
AMANIDA KACHUMBARI  
GELAT

17

ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES  
FILET D'ABADEJO A LA PLANXA  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

20

MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA  
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN  
ENCIAM I BROTS DE MONGETES  
IOGURT

21

FIDEUÀ AMB VERDURES (PÈSOL, MONGETA TENDRA, PASTANAGA, PEBROT, CEBA)  
TIRES D'ABADEJO ARREBOSSAT AMB OU I MAIZENA  
ENCIAM I CEBA  
FRUITA

22

CREMA DE PASTANAGA  
TRUITA DE CARBASSÓ  
ENCIAM I REMOLATXA  
FRUITA

23

ESCUDELLA AMB GALETS  
CIGRONS GUISATS AMB CARN MAGRA  
FRUITA

24

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA)  
ROTLES DE PRIMAVERA  
FRUITA

27

CREMA DE CARBASSA  
MANDONGUILLES AMB SAMFAINA  
FRUITA

28

LENTIES AMB CARABASSÓ  
TRUITA FRANCESA  
AMANIDA VERDA  
FRUITA

29

SOPA DE PASTA  
POLLASTRE AL FORN  
PATATES FREGIDES  
IOGURT

30

TALLARINES AMB BOLONYESA VEGETAL  
NUGGETS DE POLLASTRE  
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA  
FRUITA

31

ARRÒS AMB XAMPINYONS, PÈSOLS I PASTANAGA  
FILET D'ABADEJO AMB SALSA  
AMANIDA DE REMOLATXA  
FRUITA

AQUI ES CUINA 100% AMB OLI D'OLIVA

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

STOP FOOD WASTE Program

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.

**SCOLAREST**

Alimentació  
saludable i  
sostenible

COMPASS GROUP | Scolarest

# AQUÍ ES CUINA 100% AMB OLI D'OLIVA

## SI HEM DINAT:

CERELS, FÈCULES O LLEGUMS  
VERDURES  
CARN  
PEIX  
OU  
FRUITA  
LÀCTICS

## PODEM SOPAR:

HORTALISSES CRUES O LLEGUMS CUITS  
CERELS O FÈCULES  
PEIX O OU  
CARN MAGRA O OU  
PEIX O CARN MAGRA  
LÀCTICS O FRUITA  
FRUITA

DES DE L'INICI DEL CURS ESCOLAR 2021-2022 CUINEM TOTS ELS NOSTRES MENÚS EXCLUSIVAMENT AMB OLI D'OLIVA, REFORÇANT EL NOSTRE COMPROMÍS D'AFAVORIR EL BENESTAR DE LA TEVA FAMÍLIA A TRAVÉS D'UNA ALIMENTACIÓ SALUDABLE I SOSTENIBLE.

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.

COMPASS GROUP | Scolarest