

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

SOPA DE PASTA (SENSE CARN, SENSE PASTANAGA)
LLOM A LA PLANXA
AMANIDA VERDA
IOGURT

3

PATATES AMANIDES
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
AMANIDA VERDA
IOGURT

4

ARRÒS BULLIT
TRUITA DE CARBASSÓ
ENCIAM
IOGURT

5

RECEPTA FISH REVOLUTION
FIDEUÀ AMB BOLETS (SENSE TOMÀQUET)
SALMÓ AI FORN AMB MOJO D'OLI D'OLIVA I HERBES EN LLIT DE PATATES
IOGURT

6

CARBASSÓ A LA PROVENÇAL
CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT
ENCIAM
IOGURT

9

CREMA DE VERDURES (BLEDES, BRÒQUIL, API I PATATA)
FILET DE GALL DINDI A LA PLANXA
IOGURT

10

PATATES AMB SALSITA VERDA
OUS REMENATS
IOGURT

11

OCEÀ PACÍFIC: HAWAII
AMANIDA DE PASTA AMB ENCIAM, CEBA I COGOMBRE
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
IOGURT

12

SOPA DE PASTA (SENSE CARN, SENSE PASTANAGA)
FILET DE VEDELLA A LA PLANXA
IOGURT

13

ARRÒS BULLIT
LLIMANDA AL FORN
ENCIAM
IOGURT

16

PATATES AMANIDES
CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT
ENCIAM
IOGURT

17

CREMA DE VERDURES (BLEDES, BRÒQUIL, API I PATATA)
CALAMARS A LA ROMANA (ARREBOSSATS AMB OU I FARINA)
AMANIDA VERDA
IOGURT

18

ARRÒS BULLIT
TRUITA DE PATATES
ENCIAM
IOGURT

19

COLIFLOR AMB PATATES
FILET DE GALL DINDI A LA PLANXA
XAMPINYONS
IOGURT

20

ESPAQUETIS SALTEJATS
FILET DE LLUÇ AL FORN
IOGURT

23

MACARRONS SALTEJATS
FILET D'ABADEJO AL FORN
CARBASSÓ
IOGURT

24

PATATES AMB SALSITA VERDA
SALSITXES AL FORN
ENCIAM
IOGURT

25

BRÒQUIL I PATATA GRATINATS AMB FORMATGE EDAM
CONTRACUIXA DE POLLASTRE ROSTIT
IOGURT

26

CREMA DE VERDURES (BLEDES, BRÒQUIL, API I PATATA)
BROQUETES DE GALL DINDI
IOGURT

27

ARRÒS BULLIT
FILET DE GALL DINDI A LA PLANXA
ENCIAM
IOGURT

30

PATATES AMANIDES
OUS REMENATS
IOGURT

31

CREMA DE VERDURES (BLEDES, BRÒQUIL, API I PATATA)
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
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.