

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIU

2

LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA
FLAMENQUINS
BROTS DE MONGETES I PASTANAGA
FRUITA

3

JORNADA FISH REVOLUTION
LLAÇOS AMB SALSA DE XAMPINYONS
MANDONGUILLES DE LLUÇ AMB SALSA
VERDA
PÈSOLS I PATATES A DAUS
FRUITA

6

MONGETES TENDRES SALTEJADES
POLLASTRE AL FORN AMB POMA
FRUITA

7

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, CEBA I
PASTANAGA
FRUITA

8

CREMA DE PORROS, BLEDES I CEBA
CARN MAGRA A LA JARDINERA
FRUITA

9

ESPIRALS AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
FILET DE LLUÇ ENFARINAT
ENCIAM I CEBA
GELATINA

10

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
CARABASSA
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

13

MACARRONS A LA CARBONARA
LLUÇ A LA LLIMONA
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
IOGURT

14

LLENTIES AMB VERDURES
CROQUETES DE POLLASTRE
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

ARRÒS A LA JARDINERA (AMB VERDURETES
A DAUS)
TRUITA DE TONYINA
FRUITA

16

SOPA DE PISTONS
POLLASTRE AL FORN
PATATES FREGIDES
FRUITA

17

CREMA DE CARABASSA I PASTANAGA AMB
CROSTONS
CIGRONS AMB SALSA BOLONYESA VEGETAL
FRUITA

20

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET
NATURAL I ORENGA
SECRET DE PORC ESTOFAT
AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA
FRUITA

21

LLENTIES ESTOFADES AMB AROMA DE
CURRI
MEDALLÓ DE SALMÓ AL FORN AMB HERBES
PROVENÇALS I LLIMONA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT

22

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

23

SOPA D'ESTELS
MANDONGUILLES DE POLLASTRE AMB
XAMPINYONS I PATATES
FRUITA

24

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL,
PASTANAGA, PATATA)
PAELLA AMB CALAMARS
FRUITA

27

ROSSEJAT DE FIDEUS AMB SAMFAINA
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
CARBASSÓ AL FORN
FRUITA

28

JORNADA FISH REVOLUTION
MONGETES TENDRES AMB PATATES
FISH LASANYA
FRUITA

29

CIGRONS ESTOFATS
OUS AL FORN AMB SAMFAINA
AMANIDA VERDA
FRUITA

30

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
SAN JACOBO DE GALL DINDI I FORMATGE
AL FORN
ENCIAM I COGOMBRE
IOGURT

AQUI
ES CUINA
100% AMB
OLI
D' OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program

Skoolarest

¡CONVIÉRTETE
EN SU GUARDIÁN!

FISH
REVOLUTION

SABOREANDO
LOS
MARES

Grow
FOOD
BANKS

NOTES: Els nostres menús inclouen PA i la beguda serà AIGUA.

SANT GABRIEL BARCELONA

Dieta: SENSE FRUITA SECA NI XAMPINYONS

Novembre - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIU

2

LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA
FLAMENQUINS
BROTS DE MONGETES I PASTANAGA
FRUITA

3

JORNADA FISH REVOLUTION
LLAÇOS AMB TOMÀQUET
MANDONGUILLES DE LLUÇ AMB SALSÀ VERDA
PÈSOLS I PATATES A DAUS
FRUITA

6

MONGETES TENDRES SALTEJADES
POLLASTRE AL FORN AMB POMA
FRUITA

7

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, CEBA I
PASTANAGA
FRUITA

8

CREMA DE PORROS, BLEDES I CEBA
CARN MAGRA A LA JARDINERA
FRUITA

9

ESPIRALS AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
FILET DE LLUÇ ENFARINAT
ENCIAM I CEBA
GELATINA

10

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
CARABASSA
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

13

MACARRONS A LA CARBONARA
LLUÇ A LA LLIMONA
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
IOGURT

14

LLENTIES AMB VERDURES
CROQUETES DE POLLASTRE
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

ARRÒS A LA JARDINERA (AMB VERDURETES A
DAUS)
TRUITA DE TONYINA
FRUITA

16

SOPA DE PISTONS
POLLASTRE AL FORN
PATATES FREGIDES
FRUITA

17

CREMA DE CARABASSA I PASTANAGA AMB
CROSTONS
CIGRONS AMB SALSÀ BOLONYESA VEGETAL
FRUITA

20

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET
NATURAL I ORENGA
SECRET DE PORC AL FORN
AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA
FRUITA

21

LLENTIES ESTOFADES AMB AROMA DE CURRI
MEDALLÓ DE SALMÓ AL FORN AMB HERBES
PROVENÇALS I LLIMONA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT

22

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

23

SOPA D'ESTELS
MANDONGUILLES DE POLLASTRE EN SALSÀ
FRUITA

24

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
PAELLA AMB CALAMARS
FRUITA

27

ROSSEJAT DE FIDEUS AMB SAMFAINA
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
CARBASSÓ AL FORN
FRUITA

28

JORNADA FISH REVOLUTION
MONGETES TENDRES AMB PATATES
FISH LASANYA
FRUITA

29

CIGRONS ESTOFATS
OUS AL FORN AMB SAMFAINA
AMANIDA VERDA
FRUITA

30

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
SAN JACOBO DE GALL D'INDI I FORMATGE AL
FORN
ENCIAM I COGOMBRE
IOGURT

AQUI
ES CUINA
100% AMB
OLI
D' OLIVA

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.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

□

□

1

FESTIU

2

LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA
FLAMENQUINS
BROTS DE MONGETES I PASTANAGA
FRUITA

3

JORNADA FISH REVOLUTION
LLAÇOS AMB SALSAS DE XAMPINYONS
MANDONGUILLES DE LLUÇ AMB SALSAS VERDES
PÈSOLS I PATATES A DAUS
FRUITA

6

MONGETES TENDRES SALTEJADES
POLLASTRE AL FORN AMB POMA
FRUITA

7

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, CEBA I
PASTANAGA
FRUITA

8

CREMA DE PORROS, BLEDES I CEBA
CARN MAGRA A LA JARDINERA
FRUITA

9

ESPIRALS AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
FILET DE LLUÇ ENFARINAT
ENCIAM I CEBA
GELATINA

10

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
CARABASSA
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

13

MACARRONS A LA CARBONARA
LLUÇ A LA LLIMONA
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
I OGURT

14

LLENTIES AMB VERDURES
CROQUETES DE POLLASTRE
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

ARRÒS A LA JARDINERA (AMB VERDURETES A
DAUS)
TRUITA DE TONYINA
FRUITA

16

SOPA DE PISTONS
POLLASTRE AL FORN
PATATES FREGIDES
FRUITA

17

CREMA DE CARABASSA I PASTANAGA AMB
CROSTONS
CIGRONS AMB SALSAS BOLONYESA VEGETAL
FRUITA

20

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET
NATURAL I ORENGA
SECRET DE PORC ESTOFAT
AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA
FRUITA

21

LLENTIES ESTOFADES AMB AROMA DE CURRI
MEDALLÓ DE SALMÓ AL FORN AMB HERBES
PROVENÇALS I LLIMONA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
I OGURT

22

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

23

SOPA D' ESTELS
MANDONGUILLES DE POLLASTRE AMB
XAMPINYONS I PATATES
FRUITA

24

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
PAELLA AMB CALAMARS
FRUITA

27

ROSSEJAT DE FIDEUS AMB SAMFAINA
FILET D' AGULLA DE PORC AL FORN
CARBASSÓ AL FORN
FRUITA

28

JORNADA FISH REVOLUTION
MONGETES TENDRES AMB PATATES
FISH LASANYA
FRUITA

29

CIGRONS ESTOFATS
OUS AL FORN AMB SAMFAINA
AMANIDA VERDA
FRUITA


30

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
SAN JACOBO DE GALL D'INDI I FORMATGE AL
FORN
ENCIAM I COGOMBRE
I OGURT

□

**AQUI
ES CUINA
100% AMB
OLI
D' OLIVA**

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.

SANT GABRIEL BARCELONA

Dieta: SENSE GLUTEN

Novembre - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIU

2

PATATES AMANIDES
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
BROTS DE MONGETES I PASTANAGA
FRUITA

3

JORNADA FISH REVOLUTION
PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA
LLUÇ AMB SALSÀ VERDA
PÈSOLS I PATATES A DAUS
FRUITA

6

MONGETES TENDRES SALTEJADES
POLLASTRE AL FORN AMB POMA
FRUITA

7

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, CEBÀ I
PASTANAGA
FRUITA

8

CREMA DE PORROS, BLEDES I CEBÀ
CARN MAGRA A LA JARDINERA
FRUITA

9

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA
FILET DE LLUÇ A LA PLANXA
ENCIAM I CEBÀ
GELATINA

10

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
CARABASSA
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

13

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA
LLUÇ A LA LLIMONA
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
IOGURT

14

PATATES AMB SALSÀ VERDA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

ARRÒS A LA JARDINERA (AMB VERDURETES A
DAUS)
TRUITA DE TONYINA
FRUITA

16

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
POLLASTRE AL FORN
PATATES FREGIDES
FRUITA

17

CREMA DE PASTANAGA I CARBASSA NATURAL
CIGRONS AMB SALSÀ BOLONYESA VEGETAL
FRUITA

20

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA
SECRET DE PORC ESTOFAT
AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA
FRUITA

21

PURÉ DE PATATES
FILET D'ABADEJO AL FORN
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT

22

CREMA DE CARBASSÓ
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

23

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
POLLASTRE AMB SALSÀ
FRUITA

24

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
PAELLA AMB CALAMARS
FRUITA

27

ESPINACS SALTEJATS AMB ALL
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
CARBASSÓ AL FORN
FRUITA

28

JORNADA FISH REVOLUTION
MONGETES TENDRES AMB PATATES
ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA
PATATES FREGIDES
FRUITA

29

CIGRONS ESTOFATS
OUS AL FORN AMB SAMFAINA
AMANIDA VERDA
FRUITA

30

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
ENCIAM I COGOMBRE
IOGURT

AQUI
ES CUINA
100% AMB
OLI
D'OLIVA

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.

SANT GABRIEL BARCELONA

Dieta: SENSE LACTOSA, FRUCTOSA NI SORBITOL

Novembre - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIU

2

PATATES AMANIDES
TIRES DE POLLASTRE A LA PLANXA
ENCIAM I COGOMBRE

3

JORNADA FISH REVOLUTION
PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA
FILET DE LLUÇ A LA PLANXA
PATATES A DAUS

6

BLEDES SALTEJADES
POLLASTRE ROSTIT
PATATA AL FORN

7

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
ENCIAM I CEBA

8

CREMA DE COLIFLOR
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC
AMANIDA VERDA

9

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA
FILET DE LLUÇ A LA PLANXA
ENCIAM I CEBA

10

PATATES AMANIDES
TRUITA A LA FRANCESA
ALBERGÍNIA AL FORN

13

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA
FILET DE LLUÇ A LA PLANXA
BRÒQUIL SALTEJAT

14

PATATES AMB SALSÀ VERDA
TIRES DE POLLASTRE A LA PLANXA
ENCIAM

15

ARRÒS BLANC
TRUITA DE TONYINA
COGOMBRE

16

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
POLLASTRE ROSTIT
PATATES FREGIDES

17

CREMA DE XAMPINYONS
CINTA DE LLOM A LA PLANXA
AMANIDA VERDA

20

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA
SECRET DE PORC AL FORN
ESPINACS SALTEJATS

21

PURÉ DE PATATES
ABADEJO AL FORN
ENCIAM I COL LLOMBARDA

22

CREMA DE COLIFLOR
TRUITA DE PATATES
ENCIAM

23

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
ESPÀRRECS AMB OLI D'OLIVA

24

BRÒQUIL BULLIT AMB PATATES
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC
ARRÒS BLANC

27

ESPINACS SALTEJATS AMB ALL
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
ALBERGÍNIA AL FORN

28

JORNADA FISH REVOLUTION
CARXOFES SALTEJADES
FILET D'ABADEJO A LA PLANXA
PATATES FREGIDES

29

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA
OUS A LA PLANXA
AMANIDA VERDA

30

ARRÒS BLANC
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
ENCIAM I COGOMBRE

AQUI
ES CUINA
100% AMB
OLI
D'OLIVA

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.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

□

□

1

FESTIU

2

LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
BROTS DE MONGETES I PASTANAGA
FRUITA

3

JORNADA FISH REVOLUTION
LLAÇOS AMB TOMÀQUET
LLUÇ AMB SALSa VERDA
PÈSOLS I PATATES A DAUS
FRUITA

6

MONGETES TENDRES SALTEJADES
POLLASTRE AL FORN AMB POMA
FRUITA

7

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, CEBA I
PASTANAGA
FRUITA

8

CREMA DE PORROS, BLEDES I CEBA
CARN MAGRA A LA JARDINERA
FRUITA

9

ESPIRALS AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
FILET DE LLUÇ ENFARINAT
ENCIAM I CEBA
GELATINA

10

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
CARABASSA
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

13

MACARRONS AMB TOMÀQUET
LLUÇ A LA LLIMONA
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
POSTRE VEGETAL DE SOJA

14

LLENTIES AMB VERDURES
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

ARRÒS A LA JARDINERA (AMB VERDURETES A
DAUS)
TRUITA DE TONYINA
FRUITA

16

SOPA DE PISTONS
POLLASTRE AL FORN
PATATES FREGIDES
FRUITA

17

CREMA DE CARABASSA I PASTANAGA AMB
CROSTONS
CIGRONS AMB SALSa BOLONYESA VEGETAL
FRUITA

20

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET
NATURAL I ORENGA
SECRET DE PORC ESTOFAT
AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA
FRUITA

21

LLENTIES ESTOFADES AMB AROMA DE CURRI
FILET D'ABADEJO AL FORN
ENCIAM I COL LLOMBARDA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

22

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

23

SOPA D'ESTELS
MANDONGUILLES DE POLLASTRE AMB
XAMPINYONS I PATATES
FRUITA

24

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
PAELLA AMB CALAMARS
FRUITA

27

ROSSEJAT DE FIDEUS AMB SAMFAINA
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
CARBASSÓ AL FORN
FRUITA

28

JORNADA FISH REVOLUTION
MONGETES TENDRES AMB PATATES
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
PATATES FREGIDES
FRUITA

29

CIGRONS ESTOFATS
OUS AL FORN AMB SAMFAINA
AMANIDA VERDA
FRUITA


30

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
ENCIAM I COGOMBRE
POSTRE VEGETAL DE SOJA

□

**AQUI
ES CUINA
100% AMB
OLI
D' OLIVA**

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.

SANT GABRIEL BARCELONA

Dieta: SENSE LLEGUM

Novembre - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

2

1

FESTIU

2

PATATES AMANIDES
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

3

JORNADA FISH REVOLUTION
PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA
FILET DE LLUÇ A LA PLANXA
PATATES A DAUS
FRUITA

6

BLEDES SALTEJADES
POLLASTRE AL FORN AMB POMA
FRUITA

7

ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, CEBA I
PASTANAGA
FRUITA

8

CREMA DE PORROS, BLEDES I CEBA
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC
FRUITA

9

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA
FILET DE LLUÇ ENFARINAT
ENCIAM I CEBA
GELATINA

10

PATATES AMANIDES
TRUITA DE CARBASSÓ
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

13

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA
LLUÇ A LA LLIMONA
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
IOGURT

14

PATATES AMB SALSÀ VERDA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

ARRÒS BLANC
TRUITA DE TONYINA
FRUITA

16

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
POLLASTRE AL FORN
PATATES FREGIDES
FRUITA

17

CREMA DE PASTANAGA I CARBASSÀ NATURAL
CINTA DE LLOM A LA PLANXA
AMANIDA VERDA
FRUITA

20

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA
SECRET DE PORC AL FORN
AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA
FRUITA

21

PURÉ DE PATATES
FILET D'ABADEJO AL FORN
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT

22

CREMA DE CARBASSÓ
TRUITA DE PATATES
ENCIAM
FRUITA

23

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
POLLASTRE AMB SALSÀ
FRUITA

24

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC
ARRÒS BLANC
FRUITA

27

ESPINACS SALTEJATS AMB ALL
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
CARBASSÓ AL FORN
FRUITA

28

JORNADA FISH REVOLUTION
CARXOFES SALTEJADES
ABADEJO FREGIT AMB MAIZENA
PATATES FREGIDES
FRUITA

29

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA
OUS AL FORN AMB SAMFAINA
AMANIDA VERDA
FRUITA

30

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
ENCIAM I COGOMBRE
IOGURT

AQUI
ES CUINA
100% AMB
OLI
D'OLIVA

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.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

□

□

1

FESTIU

2

LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
BROT DE MONGETES I PASTANAGA
FRUITA

3

JORNADA FISH REVOLUTION
PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA
CINTA DE LLOM A LA PLANXA
PÈSOLS I PATATES A DAUS
FRUITA

6

MONGETES TENDRES SALTEJADES
POLLASTRE AL FORN AMB POMA
FRUITA

7

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, CEBA I
PASTANAGA
FRUITA

8

CREMA DE PORROS, BLEDES I CEBA
CARN MAGRA A LA JARDINERA
FRUITA

9

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA
CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES
ENCIAM I CEBA
GELATINA

10

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
CARABASSA
FILET DE PORC A LA PLANXA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

13

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA
LLOM DE PORC AL FORN
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
IOGURT

14

LLENTIES AMB VERDURES
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

ARRÒS A LA JARDINERA (AMB VERDURETES A
DAUS)
BISTEC DE MAGRA A LES FINES HERBES
FRUITA

16

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
POLLASTRE AL FORN
PATATES FREGIDES
FRUITA

17

CREMA DE CARABASSA I PASTANAGA AMB
CROSTONS
CIGRONS AMB SALSABOLONYESA VEGETAL
FRUITA

20

PASTA (SENSE GLUTEN I SENSE OU) SALTADA
SECRET DE PORC ESTOFAT
AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA
FRUITA

21

LLENTIES ESTOFADES AMB AROMA DE CURRI
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT

22

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
PATATA AL FORN
FRUITA

23

SOPA DE PASTA SENSE OU SENSE GLUTEN
POLLASTRE AMB SALSABOLONYESA
FRUITA

24

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC
ARRÒS BLANC
FRUITA

27

ESPINACS SALTEJATS AMB ALL
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
CARBASSÓ AL FORN
FRUITA

28

JORNADA FISH REVOLUTION
MONGETES TENDRES AMB PATATES
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
PATATES FREGIDES
FRUITA

29

CIGRONS ESTOFATS
CINTA DE LLOM A LA PLANXA
AMANIDA VERDA
FRUITA


30

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
ENCIAM I COGOMBRE
IOGURT

□

**AQUI
ES CUINA
100% AMB
OLI
D' OLIVA**

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program 

Skoolarest

**¡CONVIÉRTETE
EN SU GUARDIÁN!**

**FISH
REVOLUTION**

**SABOREANDO
LOS
MARES**

**Grow
FOOD
BANKS**

SANT GABRIEL BARCELONA

Dieta: SENSE PEIX NI MARISC

Novembre - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIU

2

LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
BROTS DE MONGETES I PASTANAGA
FRUITA

3

JORNADA FISH REVOLUTION
LLAÇOS AMB SALSINA DE XAMPINYONS
CINTA DE LLOM A LA PLANXA
PÈSOLS I PATATES A DAUS
FRUITA

6

MONGETES TENDRES SALTEJADES
POLLASTRE AL FORN AMB POMA
FRUITA

7

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, CEBA I
PASTANAGA
FRUITA

8

CREMA DE PORROS, BLEDES I CEBA
CARN MAGRA A LA JARDINERA
FRUITA

9

ESPIRALS AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES
ENCIAM I CEBA
GELATINA

10

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
CARABASSA
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

13

MACARRONS A LA CARBONARA
LLOM DE PORC AL FORN
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
IOGURT

14

LLENTIES AMB VERDURES
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

ARRÒS A LA JARDINERA (AMB VERDURETES A
DAUS)
TRUITA A LA FRANCESA
FRUITA

16

SOPA DE PISTONS
POLLASTRE AL FORN
PATATES FREGIDES
FRUITA

17

CREMA DE CARABASSA I PASTANAGA AMB
CROSTONS
CIGRONS AMB SALSINA BOLONYESA VEGETAL
FRUITA

20

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET
NATURAL I ORENGA
SECRET DE PORC ESTOFAT
AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA
FRUITA

21

LLENTIES ESTOFADES AMB AROMA DE CURRI
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT

22

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

23

SOPA D'ESTELS
MANDONGUILLES DE POLLASTRE AMB
XAMPINYONS I PATATES
FRUITA

24

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC
ARRÒS BLANC
FRUITA

27

ROSSEJAT DE FIDEUS AMB SAMFAINA
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
CARBASSÓ AL FORN
FRUITA

28

JORNADA FISH REVOLUTION
MONGETES TENDRES AMB PATATES
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
PATATES FREGIDES
FRUITA

29

CIGRONS ESTOFATS
OUS AL FORN AMB SAMFAINA
AMANIDA VERDA
FRUITA

30

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
ENCIAM I COGOMBRE
IOGURT

AQUI
ES CUINA
100% AMB
OLI
D' OLIVA

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.

SANT GABRIEL BARCELONA

Dieta: SENSE PEIX. SI MARISC

Novembre - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIU

2

LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
BROTS DE MONGETES I PASTANAGA
FRUITA

3

JORNADA FISH REVOLUTION
LLAÇOS AMB SALSINA DE XAMPINYONS
CINTA DE LLOM A LA PLANXA
PÈSOLS I PATATES A DAUS
FRUITA

6

MONGETES TENDRES SALTEJADES
POLLASTRE AL FORN AMB POMA
FRUITA

7

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, CEBA I
PASTANAGA
FRUITA

8

CREMA DE PORROS, BLEDES I CEBA
CARN MAGRA A LA JARDINERA
FRUITA

9

ESPIRALS AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES
ENCIAM I CEBA
GELATINA

10

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
CARABASSA
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

13

MACARRONS A LA CARBONARA
LLOM DE PORC AL FORN
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
IOGURT

14

LLENTIES AMB VERDURES
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

ARRÒS A LA JARDINERA (AMB VERDURETES A
DAUS)
TRUITA A LA FRANCESA
FRUITA

16

SOPA DE PISTONS
POLLASTRE AL FORN
PATATES FREGIDES
FRUITA

17

CREMA DE CARABASSA I PASTANAGA AMB
CROSTONS
CIGRONS AMB SALSINA BOLONYESA VEGETAL
FRUITA

20

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET
NATURAL I ORENGA
SECRET DE PORC ESTOFAT
AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA
FRUITA

21

LLENTIES ESTOFADES AMB AROMA DE CURRI
FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT

22

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

23

SOPA D'ESTELS
MANDONGUILLES DE POLLASTRE AMB
XAMPINYONS I PATATES
FRUITA

24

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC
ARRÒS BLANC
FRUITA

27

ROSSEJAT DE FIDEUS AMB SAMFAINA
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
CARBASSÓ AL FORN
FRUITA

28

JORNADA FISH REVOLUTION
MONGETES TENDRES AMB PATATES
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
PATATES FREGIDES
FRUITA

29

CIGRONS ESTOFATS
OUS AL FORN AMB SAMFAINA
AMANIDA VERDA
FRUITA

30

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
ENCIAM I COGOMBRE
IOGURT

AQUI
ES CUINA
100% AMB
OLI
D' OLIVA

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.

SANT GABRIEL BARCELONA

Dieta: SENSE PORC NI VEDELLA

Novembre - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIU

2

LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
BROTS DE MONGETES I PASTANAGA
FRUITA

3

JORNADA FISH REVOLUTION
LLAÇOS AMB SALSAS DE XAMPINYONS
MANDONGUILLES DE LLUÇ AMB SALSAS VERDES
PÈSOLS I PATATES A DAUS
FRUITA

6

MONGETES TENDRES SALTEJADES
POLLASTRE AL FORN AMB POMA
FRUITA

7

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA
HAMBURGUESA DE GALL D'INDI A LA PLANXA
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, CEBA I
PASTANAGA
FRUITA

8

CREMA DE PORROS, BLEDES I CEBA
OUS A LA PLANXA
AMANIDA VERDA
FRUITA

9

ESPIRALS AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
FILET DE LLUÇ ENFARINAT
ENCIAM I CEBA
GELATINA

10

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
CARABASSA
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

13

MACARRONS AMB TOMÀQUET
LLUÇ A LA LLIMONA
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
IOGURT

14

LLENTIES AMB VERDURES
CROQUETES DE POLLASTRE
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

ARRÒS A LA JARDINERA (AMB VERDURETES A
DAUS)
TRUITA DE TONYINA
FRUITA

16

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
POLLASTRE AL FORN
PATATES FREGIDES
FRUITA

17

CREMA DE CARABASSA I PASTANAGA AMB
CROSTONS
CIGRONS AMB SALSAS BOLONYESA VEGETAL
FRUITA

20

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET
NATURAL I ORENGA
REMANAT D'OU AMB BOLETS I XAMPINYÓ
AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA
FRUITA

21

LLENTIES ESTOFADES AMB AROMA DE CURRI
MEDALLÓ DE SALMÓ AL FORN AMB HERBES
PROVENÇALS I LLIMONA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT

22

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

23

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
MANDONGUILLES DE POLLASTRE AMB
XAMPINYONS I PATATES
FRUITA

24

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
PAELLA AMB CALAMARS
FRUITA

27

ROSSEJAT DE FIDEUS AMB SAMFAINA
TRUITA FRANCESA AMB ORENGA
CARBASSÓ AL FORN
FRUITA

28

JORNADA FISH REVOLUTION
MONGETES TENDRES AMB PATATES
FISH LASANYA
FRUITA

29

CIGRONS ESTOFATS
OUS AL FORN AMB SAMFAINA
AMANIDA VERDA
FRUITA

30

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
SAN JACOBO DE GALL D'INDI I FORMATGE AL
FORN
ENCIAM I COGOMBRE
IOGURT

AQUI
ES CUINA
100% AMB
OLI
D' OLIVA

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.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIU

2

LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA
TIRES DE POLLASTRE FREGIDES AMB MAIZENA
BROTS DE MONGETES I PASTANAGA
FRUITA

3

JORNADA FISH REVOLUTION
LLAÇOS AMB SALSAS DE XAMPINYONS
MANDONGUILLES DE LLUÇ AMB SALSAS VERDES
PÈSOLS I PATATES A DAUS
FRUITA

6

MONGETES TENDRES SALTEJADES
POLLASTRE AL FORN AMB POMA
FRUITA

7

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA
HAMBURGUESA DE GALL D'INDI A LA PLANXA
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, CEBA I
PASTANAGA
FRUITA

8

CREMA DE PORROS, BLEDES I CEBA
CARN MAGRA A LA JARDINERA
FRUITA

9

ESPIRALS AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
FILET DE LLUÇ ENFARINAT
ENCIAM I CEBA
GELATINA

10

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
CARABASSA
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

13

MACARRONS AMB TOMÀQUET
LLUÇ A LA LLIMONA
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
I OGURT

14

LLENTIES AMB VERDURES
CROQUETES DE POLLASTRE
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

ARRÒS A LA JARDINERA (AMB VERDURES A
DAUS)
TRUITA DE TONYINA
FRUITA

16

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
POLLASTRE AL FORN
PATATES FREGIDES
FRUITA

17

CREMA DE CARABASSA I PASTANAGA AMB
CROSTONS
CIGRONS AMB SALSAS BOLONYESA VEGETAL
FRUITA

20

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET
NATURAL I ORENGA
REMANAT D'OU AMB BOLETS I XAMPINYÓ
AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA
FRUITA

21

LLENTIES ESTOFADES AMB AROMA DE CURRI
MEDALLÓ DE SALMÓ AL FORN AMB HERBES
PROVENÇALS I LLIMONA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
I OGURT

22

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

23

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
MANDONGUILLES DE POLLASTRE AMB
XAMPINYONS I PATATES
FRUITA

24

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
PAELLA AMB CALAMARS
FRUITA

27

ROSSEJAT DE FIDEUS AMB SAMFAINA
TRUITA FRANCESA AMB ORENGA
CARBASSÓ AL FORN
FRUITA

28

JORNADA FISH REVOLUTION
MONGETES TENDRES AMB PATATES
FISH LASANYA
FRUITA

29

CIGRONS ESTOFATS
OUS AL FORN AMB SAMFAINA
AMANIDA VERDA
FRUITA

30

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
SAN JACOBO DE GALL D'INDI I FORMATGE AL
FORN
ENCIAM I COGOMBRE
I OGURT

AQUI
ES CUINA
100% AMB
OLI
D' OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program

Skoolarest

¡CONVIÉRTETE
EN SU GUARDIÁN!

FISH
REVOLUTION

SABOREANDO
LOS
MARES

Grow
FOOD
BANKS

SANT GABRIEL BARCELONA

Dieta: SENSE TONYINA

Novembre - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIU

2

LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA
FLAMENQUINS
BROTS DE MONGETES I PASTANAGA
FRUITA

3

JORNADA FISH REVOLUTION
LLAÇOS AMB SALSAS DE XAMPINYONS
MANDONGUILLES DE LLUÇ AMB SALSAS VERDES
PÈSOLS I PATATES A DAUS
FRUITA

6

MONGETES TENDRES SALTEJADES
POLLASTRE AL FORN AMB POMA
FRUITA

7

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, CEBA I
PASTANAGA
FRUITA

8

CREMA DE PORROS, BLEDES I CEBA
CARN MAGRA A LA JARDINERA
FRUITA

9

ESPIRALS AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
FILET DE LLUÇ ENFARINAT
ENCIAM I CEBA
GELATINA

10

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
CARABASSA
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

13

MACARRONS A LA CARBONARA
LLUÇ A LA LLIMONA
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
IOGURT

14

LLENTIES AMB VERDURES
CROQUETES DE POLLASTRE
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

ARRÒS A LA JARDINERA (AMB VERDURETES A
DAUS)
TRUITA A LA FRANCESA
FRUITA

16

SOPA DE PISTONS
POLLASTRE AL FORN
PATATES FREGIDES
FRUITA

17

CREMA DE CARABASSA I PASTANAGA AMB
CROSTONS
CIGRONS AMB SALSAS BOLONYESA VEGETAL
FRUITA

20

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET
NATURAL I ORENGA
SECRET DE PORC ESTOFAT
AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA
FRUITA

21

LLENTIES ESTOFADES AMB AROMA DE CURRI
MEDALLÓ DE SALMÓ AL FORN AMB HERBES
PROVENÇALS I LLIMONA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT

22

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

23

SOPA D'ESTELS
MANDONGUILLES DE POLLASTRE AMB
XAMPINYONS I PATATES
FRUITA

24

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
PAELLA AMB CALAMARS
FRUITA

27

ROSSEJAT DE FIDEUS AMB SAMFAINA
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
CARBASSÓ AL FORN
FRUITA

28

JORNADA FISH REVOLUTION
MONGETES TENDRES AMB PATATES
FISH LASANYA
FRUITA

29

CIGRONS ESTOFATS
OUS AL FORN AMB SAMFAINA
AMANIDA VERDA
FRUITA

30

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
SAN JACOBO DE GALL D'INDI I FORMATGE AL
FORN
ENCIAM I COGOMBRE
IOGURT

AQUI
ES CUINA
100% AMB
OLI
D'OLIVA

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.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

□

□

1

FESTIU

2

LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA
FLAMENQUINS
BROTS DE MONGETES I PASTANAGA
FRUITA

3

JORNADA FISH REVOLUTION
LLAÇOS AMB SALSAS DE XAMPINYONS
MANDONGUILLES DE LLUÇ AMB SALSAS VERDES
PÈSOLS I PATATES A DAUS
FRUITA

6

MONGETES TENDRES SALTEJADES
POLLASTRE AL FORN AMB POMA
FRUITA

7

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA
HAMBURGUESA DE GALL D'INDI A LA PLANXA
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, CEBA I
PASTANAGA
FRUITA

8

CREMA DE PORROS, BLEDES I CEBA
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC
FRUITA

9

ESPIRALS AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
FILET DE LLUÇ ENFARINAT
ENCIAM I CEBA
GELATINA

10

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
CARABASSA
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

13

MACARRONS A LA CARBONARA
LLUÇ A LA LLIMONA
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
I OGURT

14

LLENTIES AMB VERDURES
CROQUETES DE POLLASTRE
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

ARRÒS A LA JARDINERA (AMB VERDURETES A
DAUS)
TRUITA DE TONYINA
FRUITA

16

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
POLLASTRE AL FORN
PATATES FREGIDES
FRUITA

17

CREMA DE CARABASSA I PASTANAGA AMB
CROSTONS
CIGRONS AMB SALSAS BOLONYESA VEGETAL
FRUITA

20

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET
NATURAL I ORENGA
SECRET DE PORC ESTOFAT
AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA
FRUITA

21

LLENTIES ESTOFADES AMB AROMA DE CURRI
MEDALLÓ DE SALMÓ AL FORN AMB HERBES
PROVENÇALS I LLIMONA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
I OGURT

22

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

23

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
MANDONGUILLES DE POLLASTRE AMB
XAMPINYONS I PATATES
FRUITA

24

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
PAELLA AMB CALAMARS
FRUITA

27

ROSSEJAT DE FIDEUS AMB SAMFAINA
FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN
CARBASSÓ AL FORN
FRUITA

28

JORNADA FISH REVOLUTION
MONGETES TENDRES AMB PATATES
FISH LASANYA
FRUITA

29

CIGRONS ESTOFATS
OUS AL FORN AMB SAMFAINA
AMANIDA VERDA
FRUITA


30

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
SAN JACOBO DE GALL D'INDI I FORMATGE AL
FORN
ENCIAM I COGOMBRE
I OGURT

□

**AQUI
ES CUINA
100% AMB
OLI
D' OLIVA**

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program 

Skoolarest

**¡CONVIÉRTETE
EN SU GUARDIÁN!**

**FISH
REVOLUTION**

**SABOREANDO
LOS
MARES**

**Grow
FOOD
BANKS**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIU

2

LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA
TOFU A LA PLANXA
BROTS DE MONGETES I PASTANAGA
FRUITA

3

JORNADA FISH REVOLUTION
LLAÇOS AMB TOMÀQUET
HAMBURGUESA DE LLEGUM A LA PLANXA
PÈSOLS I PATATES A DAUS
FRUITA

6

MONGETES TENDRES SALTEJADES
TOFU A LA JARDINERA
FRUITA

7

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA
HAMBURGUESA VEGETAL
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, CEBA I
PASTANAGA
FRUITA

8

CREMA DE PORROS, BLEDES I CEBA
CIGRONS AMB TOMÀQUET
AMANIDA VERDA
FRUITA

9

ESPIRALS AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
PÈSOLS AMB PASTANAGA
ENCIAM I CEBA
GELATINA

10

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
CARABASSA
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

13

MACARRONS AMB TOMÀQUET
MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
CARABASSA
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
POSTRE VEGETAL DE SOJA

14

LLENTIES AMB VERDURES
TOFU A LA PLANXA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

ARRÒS A LA JARDINERA (AMB VERDURETES A
DAUS)
HAMBURGUESA DE CUSCUS AMB CEBA
CAMEL LITZADA
XAMPINYONS
FRUITA

16

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
PATATES FREGIDES
FRUITA

17

CREMA DE CARABASSA I PASTANAGA AMB
CROSTONS
CIGRONS AMB SALSA BOLONYESA VEGETAL
FRUITA

20

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET
NATURAL I ORENGA
LLENTIES AMB VERDURES
AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA
FRUITA

21

LLENTIES ESTOFADES AMB AROMA DE CURRI
HAMBURGUESA VEGETAL
ENCIAM I COL LLOMBARDA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

22

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
TOFU AMB SALSA DE TOMÀQUET
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

23

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
CIGRONS SALTATS AMB VERDURES,
LEGUMBRETA I COUS COUS
FRUITA

24

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
MONGETES BLANQUES BULLIDES AMB OLI
D'OLIVA
ARRÒS AMB VERDURES
FRUITA

27

ROSSEJAT DE FIDEUS AMB SAMFAINA
LLENTIES GUISADES AMB PASTANAGA I
ARRÒS
CARBASSÓ AL FORN
FRUITA

28

JORNADA FISH REVOLUTION
MONGETES TENDRES AMB PATATES
HAMBURGUESA DE QUINOA AMB CEBA
CAMEL LITZADA
PATATES FREGIDES
FRUITA

29

CIGRONS ESTOFATS
TOFU A LA JARDINERA
AMANIDA VERDA
FRUITA

30

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
FRICANDÓ DE FILET VEGETAL
ENCIAM I COGOMBRE
POSTRE VEGETAL DE SOJA

AQUI
ES CUINA
100% AMB
OLI
D'OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program

Skoolarest

¡CONVIÉRTETE
EN SU GUARDIÁN!

FISH
REVOLUTION

SABOREANDO
LOS
MARES

Grow
FOOD
BANKS

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

□

□

1

FESTIU

2

LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA
TIRES DE POLLASTRE A LA PLANXA
BROTS DE MONGETES I PASTANAGA
FRUITA

3

JORNADA FISH REVOLUTION
LLAÇOS AMB TOMÀQUET
LLUÇ AMB SALSa VERDA
PÈSOLS I PATATES A DAUS
FRUITA

6

MONGETES TENDRES SALTEJADES
POLLASTRE AL FORN AMB POMA
FRUITA

7

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, CEBA I
PASTANAGA
FRUITA

8

CREMA DE PORROS, BLEDES I CEBA
CARN MAGRA A LA JARDINERA
FRUITA

9

ESPIRALS AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
FILET DE LLUÇ A LA PLANXA
ENCIAM I CEBA
IOGURT DESNATAT

10

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
CARABASSA
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

13

MACARRONS AMB TOMÀQUET
LLUÇ A LA LLIMONA
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
IOGURT DESNATAT

14

LLENTIES AMB VERDURES
TIRES DE POLLASTRE A LA PLANXA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

ARRÒS A LA JARDINERA (AMB VERDURETES A
DAUS)
TRUITA A LA FRANCESA
FRUITA

16

SOPA DE PISTONS
POLLASTRE AL FORN
PATATES FREGIDES
FRUITA

17

CREMA DE CARABASSA I PASTANAGA AMB
CROSTONS
CIGRONS AMB SALSa BOLONYESA VEGETAL
FRUITA

20

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET
NATURAL I ORENGA
SECRET DE PORC ESTOFAT
AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA
FRUITA

21

LLENTIES ESTOFADES AMB AROMA DE CURRI
MEDALLÓ DE SALMÓ AI FORN AMB HERBES
PROVENÇALS I LLIMONA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT DESNATAT

22

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

23

SOPA D'ESTELS
POLLASTRE AMB SALSa
FRUITA

24

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
PAELLA AMB CALAMARS
FRUITA

27

ROSSEJAT DE FIDEUS AMB SAMFAINA
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC
CARBASSÓ AL FORN
FRUITA

28

JORNADA FISH REVOLUTION
MONGETES TENDRES AMB PATATES
FILET D' ABADENO A LA PLANXA
PATATA AL FORN
FRUITA

29

CIGRONS ESTOFATS
OUS AL FORN AMB SAMFAINA
AMANIDA VERDA
FRUITA


30

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
ENCIAM I COGOMBRE
IOGURT DESNATAT

□

**AQUI
ES CUINA
100% AMB
OLI
D' OLIVA**

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.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIU

2

LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA
TIRES DE POLLASTRE A LA PLANXA
BROTS DE MONGETES I PASTANAGA
FRUITA

3

JORNADA FISH REVOLUTION

LLAÇOS AMB TOMÀQUET
LLUÇ AMB SALSa VERDA
PÈSOLS I PATATES A DAUS
FRUITA

6

MONGETES TENDRES SALTEJADES
POLLASTRE AL FORN AMB POMA
FRUITA

7

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, CEBA I
PASTANAGA
FRUITA

8

CREMA DE PORROS, BLEDES I CEBA
CARN MAGRA A LA JARDINERA
FRUITA

9

ESPIRALS AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
FILET DE LLUÇ A LA PLANXA
ENCIAM I CEBA
IOGURT DESNATAT

10

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
CARABASSA
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

13

MACARRONS AMB TOMÀQUET
LLUÇ A LA LLIMONA
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
IOGURT DESNATAT

14

LLENTIES AMB VERDURES
TIRES DE POLLASTRE A LA PLANXA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

ARRÒS A LA JARDINERA (AMB VERDURETES A
DAUS)
TRUITA A LA FRANCESA
FRUITA

16

SOPA DE PISTONS
POLLASTRE AL FORN
PATATES FREGIDES
FRUITA

17

CREMA DE CARABASSA I PASTANAGA AMB
CROSTONS
CIGRONS AMB SALSa BOLONYESA VEGETAL
FRUITA

20

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET
NATURAL I ORENGA
SECRET DE PORC ESTOFAT
AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA
FRUITA

21

LLENTIES ESTOFADES AMB AROMA DE CURRI
MEDALLÓ DE SALMÓ AL FORN AMB HERBES
PROVENÇALS I LLIMONA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT DESNATAT

22

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

23

SOPA D'ESTELS
POLLASTRE AMB SALSa
FRUITA

24

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
PAELLA AMB CALAMARS
FRUITA

27

ROSSEJAT DE FIDEUS AMB SAMFAINA
MAGRA DE PORC AL FORN AMB EL SEU SUC
CARBASSÓ AL FORN
FRUITA

28

JORNADA FISH REVOLUTION
MONGETES TENDRES AMB PATATES
FILET D' ABADENO A LA PLANXA
PATATA AL FORN
FRUITA

29

CIGRONS ESTOFATS
OUS AL FORN AMB SAMFAINA
AMANIDA VERDA
FRUITA

30

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA
ENCIAM I COGOMBRE
IOGURT DESNATAT

AQUI
ES CUINA
100% AMB
OLI
D' OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program

Skoolarest

¡CONVIÉRTETE
EN SU GUARDIÁN!

FISH
REVOLUTION

SABOREANDO
LOS
MARES

Grow
FOOD
BANKS

SANT GABRIEL BARCELONA

Dieta: SENSE CARN

Novembre - 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIU

2

LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA
TRUITA DE PATATES
BROTS DE MONGETES I PASTANAGA
FRUITA

3

JORNADA FISH REVOLUTION
LLAÇOS AMB SALSAS DE XAMPINYONS
MANDONGUILLES DE LLUÇ AMB SALSAS VERDES
PÈSOLS I PATATES A DAUS
FRUITA

6

MONGETES TENDRES SALTEJADES
TRUITA FRANCESA AMB ORENGA
FRUITA

7

ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA
HAMBURGUESA VEGETAL
AMANIDA D' ENCIAM, TOMÀQUET, CEBA I
PASTANAGA
FRUITA

8

CREMA DE PORROS, BLEDES I CEBA
OUS A LA PLANXA
AMANIDA VERDA
FRUITA

9

ESPIRALS AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA
FILET DE LLUÇ ENFARINAT
ENCIAM I CEBA
GELATINA

10

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
CARABASSA
TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA
TOMÀQUET I ORENGA
FRUITA

13

MACARRONS AMB TOMÀQUET
LLUÇ A LA LLIMONA
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
IOGURT

14

LLENTIES AMB VERDURES
TOFU A LA PLANXA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
FRUITA

15

ARRÒS A LA JARDINERA (AMB VERDURETES A
DAUS)
TRUITA DE TONYINA
FRUITA

16

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
LLENTIES ESTOFADES AMB PASTANAGA
PATATES FREGIDES
FRUITA

17

CREMA DE CARABASSA I PASTANAGA AMB
CROSTONS
CIGRONS AMB SALSAS BOLONYESA VEGETAL
FRUITA

20

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET
NATURAL I ORENGA
REMENAT D'OU AMB BOLETS I XAMPINYÓ
AMANIDA DE REMOLATXA I PASTANAGA
FRUITA

21

LLENTIES ESTOFADES AMB AROMA DE CURRI
MEDALLÓ DE SALMÓ AL FORN AMB HERBES
PROVENÇALS I LLIMONA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
IOGURT

22

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
TRUITA DE PATATES
ENCIAM I BROTS DE MONGETES
FRUITA

23

SOPA DE PASTA AMB BROU DE VERDURA
CIGRONS SALTATS AMB VERDURES,
LEGUMBRETA I COUS COUS
FRUITA

24

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL, PASTANAGA,
PATATA)
PAELLA AMB CALAMARS
FRUITA

27

ROSSEJAT DE FIDEUS AMB SAMFAINA
TRUITA FRANCESA AMB ORENGA
CARBASSÓ AL FORN
FRUITA

28

JORNADA FISH REVOLUTION
MONGETES TENDRES AMB PATATES
FISH LASANYA
FRUITA

29

CIGRONS ESTOFATS
OUS AL FORN AMB SAMFAINA
AMANIDA VERDA
FRUITA

30

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
FRICANDÓ DE FILET VEGETAL
ENCIAM I COGOMBRE
IOGURT

AQUI
ES CUINA
100% AMB
OLI
D' OLIVA

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