SANTO ANGEL

Desembre - 2026

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL BOTIFARRA AMB CEBA I TOMÀQUET ENCIAM I PEBROT VERMELL FRUITA DE TEMPORADA	2 MONGETES TENDRES A LA ITALIANA TRUITA DE PATATES COUS COUS FRUITA DE TEMPORADA	3 CREMA DE PASTANAGUES AMB OLI D'ALFÀBREGA TALLARINES AMB BOLONYESA VEGETAL I FORMATGE MOZZARELLA ENCIAM I CEBA IOGURT	4 ARRÒS AMB SAMFAINA MANDONGUILLES DE LLUÇ AMB SALSA AMANIDA AMB TOMÀQUET I BROTS FRUITA DE TEMPORADA
7 FESTIU	8 FESTIU	9 LLENTIES ESTOFADES CROQUETES DE PERNIL AMANIDA DE PASTANAGA RATLLADA, OLIVES VERDES I BLAT DE MORO FRUITA DE TEMPORADA	10 *LA RUTA DE L'ENCENS* MACARRONA BEIXAMEL SHAWARMA DE POLLASTRE AMANIDA D´ ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DE TEMPORADA	11 ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT DE MORO I PASTANAGA) FILET DE RAP A LA BILBAÏNA TOMÀQUET AMANIT IOGURT
14 FESTIU	15 MONGETES SEQUES AMB ARRÒS INTEGRAL TRUITA DE CARBASSÓ ENCIAM I ESPÀRRECS IOGURT	16 ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES ABADEJO A LA LLAUNA ENCIAM I PEBROT VERMELL FRUITA DE TEMPORADA	17 ESCUDELLA AMB FIDEU INTEGRAL CIGRONS AMB SALTAT DE VERDURES I GALL DINDI FRUITA DE TEMPORADA	18 CREMA DE CARBASSÓ POLLASTRE ROSTIT A LA CATALANA (ORELLANES I PANSES) PATATES AL CALIU FRUITA DE TEMPORADA
21 *MENÚ ESPECIAL DE NADAL* CREMA DE CARBASSA I MONIATO AMB CROSTONS INTEGRALS PIZZA CASOLANA DE POLLASTRE AMANIDA VERDA POSTRES DE NADAL				

NOTES: Els nostres menús van acompanyats d'aigua, pa o pa integral (2 vegades/setmana). Utilitzem sal iodada i, segons l'elaboració, oli de gira-sol, gira-sol alt oleic o oliva.
FRUITA DE TEMPORADA AQUEST MES: Mandarina, plàtan, poma, pera, taronja...

Scolarest

INSPIRANT A TRAVÉS DE L'ALIMENTACIÓ



Segueix-nos a xarxes per conèixer millor els nostres projectes:
www.scolarest.es

UNA NOVA ALIMENTACIÓ ESCOLAR

Que promou una alimentació variada, equilibrada i adaptada a les necessitats de cada etapa educativa.



EN LÍNIA AMB EL NOU REIAL DECRET DE MENJADORS ESCOLARS.

PLAT HARVARD

La manera més senzilla de construir un sopar saludable i equilibrat.

Ajuda a identificar d'un cop d'ull les proporcions adequades de cada grup d'aliments.



SI HEM MENJAT...PODEM SOPAR:

Pasta, arròs, llegums, patates	Verdures cuita o amanida
Verdures cuita o amanida	Pasta, arròs, llegums, patates
Carn	Peix o ou
Peix	Carn o ou
Ou	Peix o carn
Fruita	Làctis o fruita
Làctis	Fruita

Scolarest

NOTES:

RECORDA: Inclou sempre verdures i hortalisses a cada àpat. En cas d'alèrgia o intolerància a algun aliment, se substitueix per un aliment del mateix grup alimentari o, si no pot ser, per un altre aliment que tingui un valor nutricional similar.

CONSULTA AQUEST QR PER A MÉS INFO SOBRE EL MENÚ

D'acord amb el Reial Decret 1021/2022, congelem el peix que es consumirà cru o poc fet, excepte si procedeix d'aqüicultura amb certificat d'absència d'anisakis. Per a més informació sobre els nostres menús, com ara el seu contingut en al·lèrgens d'acord amb el Reglament 1169/2011, podeu consultar les fitxes tècniques disponibles a la cuina o bé accedir-hi directament amb aquest QR. En cas de necessitar un menú especial, si us plau faci'ns arribar el certificat mèdic pertinent tal com disposa la Llei 17/2011, perquè el nostre equip de dietistes us pugui elaborar una dieta adaptada a les vostres necessitats.