

ESCOLA DEL SOLERÀS

BASAL

Comertel
alimentació col·lectiva

SETEMBRE 2022

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

5
-LLENTIES ESTOFADES
-PIT DE POLLASTRE A LA MILANESA AMB ENCIAM
-FRUITA DE TEMPORADA



608,3 KCAL 13%P 32%L 55%HC

6
-MACARRONS POMODORO
-ESTOFAT DE CARN MAGRA A LA RIOJANA
-FRUITA DE TEMPORADA



601,3 KCAL 14%P 32%L 54%HC

7
-PATATES GUISADES AMB CARABASSA
-LLUÇ AMB SALSA DE VERDA AMB PESOLS
-IOGURT



602,1 KCAL 13%P 31%L 56%HC

8
-ARRÒS AMB TOMÀQUET
-TRUITA DE TONYINA AMB ENCIAM I PASTANAGA
-FRUITA DE TEMPORADA



596,6KCAL 12%P 34%L 53%HC

9
-SOPA D'AU AMB PASTA
-MANDONGUILLES DE LLUÇ I POTA AMB SALSA BISCAÏNA
-FRUITA DE TEMPORADA



595,8KCAL 14%P 31%L 54%HC

12
-ARRÒS ECOLÒGIC AMB VERDURES
-POLLASTRE AMB SALSA DE PASTANAGA
-FRUITA DE TEMPORADA



604,6 KCAL 13%P 31%L 56%HC

13
-MONGETES ESTOFADES
-SALMÓ AMB SALSA POMODORO
-FRUITA DE TEMPORADA



597,1KCAL 12%P 34%L 53%HC

14
-CREMA DE VERDURES
-TRUITA CASOLANA DE FORMATGE AMB ENCIAM I BLAT DE MORO
-IOGURT



596,3KCAL 14%P 31%L 54%HC

15
-LLENTIES A LA RIOJANA
-BACALLÀ ARREBOSSAT AMB ENCIAM I PASTANAGA
-FRUITA DE TEMPORADA



604,2KCAL 13%P 35%L 54%HC

16
-MACARRONS NAPOLITANA
-CARN MAGRA AMB SALSA AGREDOLÇA
-FRUITA DE TEMPORADA



599,9 KCAL 15%P 31%L 52%HC

19
-SOPA D'AU AMB PASTA
-MANDONGUILLES A LA CAÇADORA
-IOGURT



593,3KCAL 12%P 30%L 58%HC

20
-CREMA DE PASTANAGA
-RODÓ DE GALL DINDI AMB SALSA DE TOMÀQUET
-FRUITA DE TEMPORADA



602,3KCAL 13%P 32%L 58%HC

21
-ARRÒS AMB TOMÀQUET
-LLUÇ A LA BISCAÏNA
-FRUITA DE TEMPORADA



608,1 KCAL 13%P 30%L, 57%HC

22
-MINESTRA DE VERDURES SALTEJADA
-POLLASTRE «AL CHILINDRÓN»
-FRUITA DE TEMPORADA



598,5KCAL 13%P 35%L 55%HC

23
-CIGRONS AMB BLEDES
-TRUITA DE PATATA AMB ENCIAM I TOMÀQUET
-FRUITA DE TEMPORADA



603,6KCAL 15%P 35%L 50%HC

26
-SOPA DE FIDEUS
-PERNILET DE POLLASTRE AMB TOMÀQUET AMANIT
-FRUITA DE TEMPORADA



597,3KCAL 14%P 31%L 54%HC

27
-MONGETA BLANCA ESTOFADA
-MANDONGUILLES DE LLUÇ I POTA A LA BISCAÏNA
-IOGURT



599,8KCAL 13%P 32%L 54%HC

28
-CREMA DE BRÒQUIL
-«SAN MARINO» AMB ENCIAM I BLAT DE MORO
-FRUITA DE TEMPORADA



607,4KCAL 13%P 30%L, 57%HC

29
-JORNADA PROTEÏNA VEGETAL
-MONGETA VERDA A L'ALLET AMB PATATA
-LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS
-FRUITA DE TEMPORADA



604,6KCAL 13%P 35%L 52%HC

30
-ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET
-TRUITA CASOLANA DE CARBASSÓ
-FRUITA DE TEMPORADA



608,5KCAL 15%P 35%L 50%HC

LES ESPÈCIES DE PEIX INCLOSES EN EL MENÚ PODRAN PATIR VARIACIONS SEGONS MERCAT.



www.comertel.es