

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

1

RIZ BIO CANTONNAIS AVEC PETIT-POIS,  
CAROTTES, MAÏS ET SAUCE AU SOJA

CROQUETTES FAÇON GRAND-MÈRE  
SALADE VERTE ET CONCOMBRES

FRUIT DE SAISON

2

MACARRONIS COMPLETS À LA SAUCE  
DE POTIRON

SAUCISSES DE PORC À A SAUCE  
TOMATE  
SALADE VERTE ET CAROTTES

COMPOTE DE FRUIT

3

HARICOTS VERTS, POMMES DE TERRE  
ET CAROTTES BIO

DINDE SAUCE À L'AÏL  
SEMOULE DE BLÉ

YAOURT COOPÉRATIVE OLOT

6

FÉRIÉ

7

FÉRIÉ

8

FÉRIÉ

9

VELOUTÉ DE PETIT-POIS BIO AVEC  
CROÛTONS

OMELETTE AU JAMBON ET FROMAGE  
SALADE VERTE

FRUIT DE SAISON BIO

10

VERMICELLES BIO AU BOUILLON DE  
VOLAILLE

CORDON BLEU  
SALADE VERTE ET CAROTTES

YAOURT COOPÉRATIVE

13

POIS CHICHE BIO BOUILLIS AVEC  
POMMES DE TERRE

POULET BIO GRILLÉ À LA SAUCE DE  
LÉGUMES  
SALADE VERTE ET CONCOMBRES

FRUIT DE SAISON

14

**MER BALTIQUE: FINLANDE**

MAKARONILAATILLO (FRICASSÉE DE  
MACARRONIS)

LIHAPULLAT (BOULETTES DE VIANDE  
FINLANDAISES)

YAOURT COOPÉRATIVE

15

RIZ BIO À LA SAUCE TOMATE

ENTRECUISSE DE POULET BIO GRILLÉE  
ARTICHAUDS

FROMAGE ET PÂTE DE COING

16

VELOUTÉ DE LÉGUMES AVEC  
CROÛTONS

ESCALOPES DE VEAU EN SAUCE  
RIZ COMPLET

FRUIT DE SAISON

17

SOUPE MINISTRONE (AUX PÂTES BIO)

COLIN AU FOUR  
RATATOUILLE ET POMMES DE TERRE AU  
FOUR (AL "CALIU")

FRUIT DE SAISON BIO

20

SALADE COMPOSÉE: SALADE VERTE,  
CAROTTES, CONCOMBRES, FROMAGE  
FRAIS ET JAMBON CUIT

RIZ BIO À LA CUBAINE À LA SAUCE  
TOMATE ET OEUF DUR

YAOURT COOPÉRATIVE

21

MIJOTÉ DE LENTILLES BIO

CABILLAUD AU FOUR  
SALADE VERTE ET TOMATES CHERRY

FRUIT DE SAISON BIO

22

**REPAS DE NOËL**

SOUPE DE NOËL

POULET AU FOUR AUX POMMES  
PURÉE DE POMMES DE TERRE

TURRON (NOUGÂT)

23

VACANCES

24

VACANCES

27

VACANCES

28

VACANCES

29

VACANCES

30

VACANCES

31

VACANCES



Nôtres fournisseurs de pain, fruits, légumes, produits laitiers et viande sont de Gérone. Le riz, les pâtes, les légumineuses et le poulet qui nous servions sont BIO. Une fois par semaine nous servions pommes de terre ou carottes ou oignons ou poretou ou courge BIO. Les fruits et les légumes BIO changeront en fonction de l'offre du marché.

# ÉCOLE FERDINAND DE LESSEPS

DESEMBRE - 2021

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

5

6

1

ARRÒS ECO TRES DELICIES AMB PÈSOLS, PASTANAGA, BLAT DE MORO I SALSINA DE SOJA

CROQUETES DE L'AVIA AMB ENCIAM I COGOMBRE

FRUITA DE TEMPORADA

2

MACARRONS INTEGRALS AMB SALSINA DE CARBASSA

SALSITXES DE PORC AMB SALSINA DE TOMÀQUET I ENCIAM I PASTANAGA

COMPOTA DE FRUITA

3

MONGETA VERDA, PATATA I PASTANAGA ECOLÒGICA

GALL DINDI A L'ALLET AMB COUS COUS

IOGURT COOPERATIVA D'OLOT

6

FESTIU

7

FESTIU

8

FESTIU

9

CREMA DE PÈSOLS ECO AMB CROSTONS

TRUITA FRANCESA AMB PERNIL I FORMATGE AMB AMANIDA

FRUITA DE TEMPORADA ECO

10

SOPA D'AU AMB FIDEUS ECO

CORDON BLEU AMB ENCIAM I PASTANAGA

IOGURT COOPERATIVA D'OLOT

13

CIGRONS ECOLÒGICS BULLITS AMB PATATA

POLLASTRE ECO AMB BRESA AMB ENCIAM I COGOMBRE

FRUITA DE TEMPORADA

14

**MAR BÀLTIC: FINLANDIA**

MAKARONILAATILLO (CASSOLA DE MACARRONS)

LIHAPÜLLAT (MANDONGUILLES FINLANDESES)

IOGURT COOPERATIVA D'OLOT

15

ARRÒS ECO AMB SALSINA DE TOMÀQUET

CONTRACUIXA DE POLLASTRE ECO A LA PLANCHA AMB CARXOFES

CODONY Y FORMATGET

16

CREMA DE VERDURES AMB CROSTONS

ESCALOPINS DE VEDELLA AMB SALSINA I ARRÒS INTEGRAL

FRUITA DE TEMPORADA

17

SOPA MINISTRONE (AMB PASTA ECO)

LLUÇ AL FORN AMB PISTO I PATATA AL "CALIU"

FRUITA DE TEMPORADA ECO

20

AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA, COGOMBRE, FORMATGE FRESC I PERNIL

ARRÒS ECOLÒGIC A LA CUBANA AMB TOMÀQUET I OU DUR

IOGURT COOPERATIVA D'OLOT

21

LLENTIES ECOLÒGIQUES ESTOFADES

BACALLA AL FORN AMB ENCIAM I TOMAQUET CHERRY

FRUITA DE TEMPORADA ECO

22

**MENÚ DE NAVIDAD**

SOPA DE NADAL

POLLASTRE AL FORN AMB POMA I PURÉ DE PATATA

TORRÓ

23

FESTIU

24

FESTIU

27

FESTIU

28

FESTIU

29

FESTIU

30

FESTIU

31

FESTIU



Nuestros proveedores de pan, fruta, verdura, lácteos y carne son de Gerona. Todo el Arroz, Pasta, Legumbre y Pollo que se sirve es de origen ECOLÓGICO. Una vez por semana se servirá Eco patata o zanahoria o calabacín o cebolla o puerro o calabaza. La fruta y la verdura Eco variará según disponibilidad del mercado.

# ÉCOLE FERDINAND DE LESSEPS

DICIEMBRE - 2021

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

1

ARROZ ECO TRES DELICIAS CON  
GUISANTES ZANAHORIA, MAIZ Y SALSA  
DE SOJA

CROQUETAS DE LA ABUELA CON  
LECHUGA Y PEPINO

FRUTA DE TEMPORADA

2

MACARRONES INTEGRALES CON SALSA  
DE CALABAZA

SALCHICHAS DE CERDO CON SALSA DE  
TOMATE Y LECHUGA Y ZANAHORIA

COMPOTA DE FRUTA

3

JUDIAS VERDE, PATATA Y ZANAHORIA  
ECO

PAVO AL AJILLO CON COUS COUS

YOGUR COOPERATIVA DE OLOT

6

FESTIVO

7

FESTIVO

8

FESTIVO

9

CREMA DE GUISANTES ECO CON  
PICATOSTES

TORTILLA FRANCESA CON JAMÓN Y  
QUESO CON ENSALADA

FRUTA DE TEMPORADA ECO

10

SOPA DE AVE CON FIDEOS ECO

CORDON BLEU CON LECHUGA Y  
ZANAHORIA

YOGUR COOPERATIVA

13

GARBANZOS ECO HERVIDOS CON  
PATATA

POLLO ECO RUSTIDO CON BRESA CON  
LECHUGA Y PEPINO

FRUTA DE TEMPORADA

14

**MAR BÁLTICO: FINLANDIA**

MAKARONILAATILLO (CAZUELA DE  
MACARRONES)

LIHAPULLAT (ALBONDIGAS  
FINLANDEAS)

YOGUR DE COOPERATIVA

15

ARROZ ECO CON SALSA DE TOMATE

CONTRAMUSLO DE POLLO ECO A LA  
PLANXA CON ALCACHOFAS

MEMBRILLO Y QUESITO

16

CREMA DE VERDURAS CON  
PICATOSTES

ESCALOPINES DE TERNERA CON SALSA  
Y ARROZ INTEGRAL

FRUTA DE TEMPORADA

17

SOPA MINISTRONE (CON PASTA ECO)

MERLUZA AL HORNO CON PISTO Y  
PATATA AL "CALIU"

FRUTA DE TEMPORADA ECO

20

ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA,  
PEPINO, QUESO FRESCO Y JAMON  
COCIDO

ARROZ ECOLOGICO A LA CUBANA  
CON TOMATE Y HUEVO DURO

YOGUR COOPERATIVA

21

LENTEJAS ECOLOGICAS ESTOFADAS

BACALAO AL HORNO CON LECHUGA Y  
TOMATE CHERRY

FRUTA DE TEMPORADA ECO

22

**MENÚ DE NAVIDAD**

SOPA DE NAVIDAD

POLLO AL HORNO CON MANZANA Y  
PURÉ DE PATATA

TURRON

23

FESTIVO

24

FESTIVO

27

FESTIVO

28

FESTIVO

29

FESTIVO

30

FESTIVO

31

FESTIVO



Nuestros proveedores de pan, fruta, verdura, lácteos y carne son de Gerona. Todo el Arroz, Pasta, Legumbre y Pollo que se sirve es de origen ECOLÓGICO. Una vez por semana se servirá Eco patata o zanahoria o calabacín o cebolla o puerro o calabaza. La fruta y la verdura Eco variará según disponibilidad del mercado.

¡Te damos la bienvenida  
a nuestro comedor  
escolar seguro!

Comienza  
con un buen  
**DESAYUNO**



Pan, cereales o  
derivados



Leche o  
derivados



Fruta fresca  
y hortalizas



Si hemos comido:	Podemos cenar:
Cereales, féculas o legumbres	Hortalizas crudas o legumbres cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne magra
Fruta	Lácteos o fruta
Lácteos	Fruta

**LOS GUARDIANES DE LA SALUD**



1 Estamos preparados para  
garantizar la Seguridad de los niños  
y niñas en el aula-comedor.

2

Desarrollamos e implantamos  
nuestros Protocolos de Seguridad y  
Prevención, verificados por Bureau  
• Veritas Certification.



3

El bienestar de todas las  
familias es nuestra prioridad.

Notas:

Empty dashed box for notes.

Empresa adherida al PLAN de colaboración para la mejora de la composición de los alimentos y bebidas y otras medidas 2020  
En caso de alergias o intolerancias procurar mantener una buena alimentación sustituyendo los alimentos no tolerados por otros dentro de la misma familia.

Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420/2006. Según lo establecido en el RE 1169/2011, la cocina dispone de información sobre el contenido en alérgenos de los menús elaborados.

