

MENÚ GENER 2022

| | DILLUNS 3 | DIMARTS 4 | DIMECRES 5 | DIJOUS 6 | DIVENDRES 7 |
|-------|---|--|--|---|--|
| DINAR | VACANCES DE NADAL | VACANCES DE NADAL | VACANCES DE NADAL | VACANCES DE NADAL | VACANCES DE NADAL |
| SOPAR | VACANCES DE NADAL | VACANCES DE NADAL | VACANCES DE NADAL | VACANCES DE NADAL | VACANCES DE NADAL |
| | DILLUNS 10 MEAT FREE | DIMARTS 11 | DIMECRES 12 | DIJOUS 13 | DIVENDRES 14 |
| DINAR | MACARRONS AMB SALSA DE TOMÀTIGA (1,3) TRUITA FRANCESA (3) LLETUGA ROMANA, PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS | CREMA DE CARABASSA AMB GINGEBRE PILOTES A LA JARDINERA FRUITA DEL TEMPS | AGUIAT DE CIURONS CUIXES DE POLLASTRE AL FORN CANONGES, TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT NATURAL (7) | ARROS DE PEIX (2,4) LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURONS (4) LLETUGA ROMANA, TOMÀTIGA I SÈSAM (11) FRUITA DEL TEMPS | SOPA AMB BROU DE CARN I VERDURES (1,3,9) ESTOFAT DE VEDELLA AMB SALSA DE VERDURES PATATA FREGIDA FRUITA DEL TEMPS |
| SOPAR | PURÉ DE CARBASSÓ AMB PATATA + INDIOT A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS | REMENAT D'OU I PERNIL + TOMÀTIGA AMB ADOCAT I PA INTEGRAL FRUITA DEL TEMPS | SOPA + BACALLÀ A LA PLANXA AMB BROQUIL FRUITA DEL TEMPS | POLLASTRE AL FORN AMB BONIATO, CEBA I POMA FRUITA DEL TEMPS | SALMÓ A LA PLANXA AMB ARRÓS, LLETUGA I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS |
| | DILLUNS 17 | DIMARTS 18 | DIMECRES 19 | DIJOUS 20 | DIVENDRES 21 |
| DINAR | FIDEUS DE MUSSOLA (1,3,4) LLUÇ A LA PLANXA (4) TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT NATURAL (7) | LLENTIES CUINADES LLOM AMB SALSA DE XAMPINYONS (7) ARRÓS FRUITA DEL TEMPS | PURÉ DE BRÒQUIL I COLFLORI ESCALDUMS DE POLLASTRE PATATA FRUITA DEL TEMPS | SOPA D'ARRÓS AMB BROU DE VERDURES (9) DORADA A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) LLETUGA ROMANA I PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS | CIURONS ESCALDINS AMB CARN MAGRA TRUITA DE PATATA (3) LLETUGA ROMANA I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS |
| SOPAR | PURÉ DE VERDURES + CROQUETES DE POLLASTRE AMB ENSALADA FRUITA DEL TEMPS | AMANIDA CAPRESSE + LLUÇ A LA PLANXA AMB PURÉ DE BONIATO FRUITA DEL TEMPS | HAMBURGUESA AMB QUINOA I XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS | OUS AL FORN AMB PATATA I CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS | SOPA DE BULLIT DE RAP + RAP AMB MONGETA VERDA I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS |
| | DILLUNS 24 | DIMARTS 25 | DIMECRES 26 | DIJOUS 27 | DIVENDRES 28 |
| DINAR | SOPA AMB BROU DE CARN I VERDURES (1,3,9) FRIT DE POLLASTRE (SENSE VISCERES) FRUITA DEL TEMPS | ARRÓS MARINERA (2,4,14,9) TRUITA DE CARABASSÍ (3) CANONGES, TOMÀTIGA, DAUS DE FORMATGE (7) FRUITA DEL TEMPS | ESPAGUETIS AL PESTO (1,3,8) RABAS DE CALAMAR ARREBOSSADES (1,2,3,4,14) LLETUGA ROMANA I PASTANAGA RATLLADA IOGURT NATURAL (7) | AGUIAT DE MONGETES AZUKIS AMB VERDURES HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS | PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA AMB PATATA LLUÇ A LA PLANXA AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) LLETUGA I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS |
| SOPAR | PASTÍS DE PATATA, COLIFLOR I CARN PICADA FRUITA DEL TEMPS | SOPA + BACALLÀ AMB PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS | PURÉ DE CARBASSA I BONIATO AMB OU DUR FRUITA DEL TEMPS | POLLASTRE AL FORN AMB CARXOFES I ARRÓS FRUITA DEL TEMPS | PITZA CASOLANA DE PERNIL I VERDURES FRUITA DEL TEMPS |
| | DILLUNS 31 | | | | |
| DINAR | MACARRONS A LA CARBONARA (1,3,7) CROQUETES D'ESPINACS I POLLASTRE (1,2,3,4,6,7,9,14) TOMÀTIGA I LLETUGA FRUITA DEL TEMPS | | | | |
| SOPAR | PASTÍS DE PATATA, COLIFLOR I CARN PICADA FRUITA DEL TEMPS | | | | |

Informació sobre els nostres menús

Pa moreno de forn de llenya (producte local) i aigua embotellada

Les amanides estan trempades amb oli d'oliva extra verge premsat en fred

Cuinam alternant oli d'oliva i oli de gira-sol altooleic. Cuinam amb poca sal i sempre és iodada.

Els nostres iogurts són naturals i no contenen més de 12,3g de sucre per cada 100ml

Aliments integrals

Plat tradicional de les Illes Balears

Productes ecològics

Productes de km 0

Productes de temporada segons el calendari APAEMA

* en cas d'al·lèrgies o intoleràncies alimentàries s'adaptarà el menú sempre i quan s'entregui **certificat mèdic**.

* en cas de dieta blana i estrictament (mal de panxa) es donarà: sopa d'arròs o puré de pastanaga + segon plat de carn o peix bullit, al forn o a la planxa amb patata, pastanaga o arròs blanc bullit de quarnició.

* en cas de dieta sense carn de porc per creences religioses, se'ls donarà com a substitució pollastre, indi, vedella, peix o ou.

Per l'elaboració dels menús s'ha tingut en compte: Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos així com el Decret 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta

MEAT FREE MONDAY: és una iniciativa internacional que motiva a la gent a no menjar carn els dilluns amb la finalitat de millorar la pròpia salut i la del planeta. Nosaltres ens iniciem amb aquesta

Informació completa sobre el Reglament Al·lèrgens 1169/2011, 13 de Desembre de 2014 **1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacauets 6 Soja 7 Llet, lactosa 8 Fruits secs amb closca 9 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12 Diòxid de sofre 13 Tramussos 14 Mol·luscs 15 TR Traces**