



CEIP **Menú General mes juny de 2021**

Els menús van acompanyats d'aigua i pa del Forn de Binissalem.

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Els productes ecològics d'aquest mes són: carabassa, ciurons, lletuga.

	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
	CUINAT DE LLENTIES (amb carabassa ecològica) (1)	PURÉ DE PORROS AMB FORMATGE I CROSTONS (1,7) (amb porro ecològic)	ENSALADA DE PASTA TRICOLOR AMB TOMÀTIGA, TONYINA, OU BULLIT I OLIVES (1,3,4)	CIURONS TREMPATS AMB PATATA, MONGETA TENDRE, PASTANAGA I OU (3)
	LLUÇ A LA PLANXA (4)	HAMBURGUESA DE CARN MIXTA (6,12)	HOKI AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)	RUSTIT DE POLLASTRE
	ENSALADA CAPRESE (mesclum, tomàtiga, alfabaguera, formatge tendre i olives negres) (7)	AMB CUSCÚS, PASTANAGA I CARABASSÍ (1)	BRÒQUIL I PASTANAGA	ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, ceba, tonyina i germinats) (4,6)
	FRUITA CÍTRICA	IOGURT (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
	Suggeriment de sopar: Patates i tomàtiga gratinada al forn / Fruita	Suggeriment de sopar: Falàfel de ciurons amb salsa i ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i indiots amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb arròs i verdures / Fruita
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE TONYINA (ceba, pebre vermell, tomàtiga) (1,3,4)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) (1)	ENSALADA CESAR (lletuga, pollastre, parmesà, crostons de pa) (1,4,7)	ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA	PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA I CIURONS (ecològics)
LLIBRETS D'INDIOT (1,3,7)	LLENGUADO AL FORN AMB SALSA MARINERA (1,2,4,14)	RAGU DE VEDELLA AMB SALSA (12)	LLENGUADO A LA LLIMONA (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB SALSA DE CURRY (7)
ENSALADA DE CANONGES (lletuga, tomàtiga, canonges, olives i pastanaga)	PASTANAGA I COLFLORI	VERDURES I PATATA	ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives, nous i ou bullit) (3,8)	PATATES BULLIDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA CÍTRICA	IOGURT (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Ciurons saltats amb verdures i blat sarraí / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizzetes d'aundergínia i carabassí / Fruita	Suggeriment de sopar: Coca mallorquina amb sardines / Fruita
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
CUINAT DE MONGETES PINTADES (carabassa ecològica)	PURÉ DE CARABASSA I LLEGUMS (amb carabassa ecològica)	ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, pèsols i blat de les índies)	ESPAGUETI INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3)	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES AMB MAREVELLA (1,3)
TRUITA DE PATATES (3)	LLUÇ A LA PLANXA (4)	SALSITXES DE CARN DE PORC (6,7,12)	SALMÓ AMB PISTO DE VERDURES (4)	FRIT DE CARN MAGRE I POLLASTRE (1,3)
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga i remolatxa)	MONGETES TENDRES I XAMPINYONS	ENSALADA PRIMAVERA (iceberg, mesclum, tomàtiga, olives, cogombre)	MINESTRA DE VERDURES	PATATES I PEBRE VERMELL
FRUITA CÍTRICA	IOGURT (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Calamarsets amb arròs i verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada / Fruita
DILLUNS 21	DIMARTS 22			
FIDEUS PAGESOS (mongeta tendre i carxofa) (1,3)	PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, ou bullit i alfabaguera) (1,3)			
ORADA AL FORN (4)	FINGER DE POLLASTRE (1,3)			
ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mesclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (4)	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, mesclum, pastanaga i melicotó)			
FRUITA CÍTRICA	IOGURT (7)			
Suggeriment de sopar: Ensalada de patata i ou bullit / Fruita	Suggeriment de sopar: Lluç a la planxa i carabassó saltat / Fruita			

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos