



CEIP

Menú GENERAL desembre de 2021

La cuina utilitza Oli d'Oliva per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar en cru.

Les hortalisses i fruites, en la mesura de les possibilitats del mercat, són de producció de proximitat.

Ecològics: Carabassa, Ciurons. Els dinars s'acompanyen de pa de forn mallorquí moreno.



DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
PURÉ DE CARABASSÍ (carabassí, ceba o porros, patata)	ESPIRALS A LA AMATRICIANA (salsa de tomàtiga, bacó i pernil) (1,3,6,7)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES
RODÓ DE VEDELLA	MEDALLÓ DE LLUÇ AMB LLIMONA I JULIVERT (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB SALSÀ STROGONOFF (ceba, xampinyons, nata) (7)
SALSÀ DE VERDURES (ceba, pastanaga, tomàtiga, pèsols) I PATATA	ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga i remolatxa)	PATATES BULLIDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Sopa amb verdures i pollastre	Suggeriment de sopar: Bullit d'ou	Suggeriment de sopar: Pizza casolana

DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
FESTIU		FESTIU		
			PURÉ DE CARABASSA I LLENTIES (carabassa, ceba o porros, llenties, patata) (1)	ARRÒS 5 DELICIES (blat de moro, pèsols, pastanaga, fruita, gambes) (2,3)
			HOKY A LA PLANXA AMB PICADA (4)	FINGERS DE POLLASTRE (1,3)
			PATATA, BRÒCOLI, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11)	ENSALADA DE TARDOR (mesclum, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)
			FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
			Suggeriment de sopar: Aguiat de sípia	Suggeriment de sopar: Tortilles mexicanes

DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	MACARRONS INTEGRALS AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA (1,3)	CREMA DE XAMPINYONS (xampinyons, ceba o porros, patata, crema) (7)	ARRÒS DELICIES DE LA MAR (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols i gamba) (2,14)	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES AMB FIDEVÍ INTEGRAL (1,3)
CORDON BLEU D'INDIOT (1,3,7)	SALMÓ AL FORN AMB PICADA (4)	AGUIAT DE PILOTES DE CARN MIXTA (1,6,7,12)	TRUITA A LA FRANCESA (3)	BULLIT DE CARN I POLLASTRE
ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga, tonyina) (4)	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, olives negres, blat de les índies)	SALSÀ DE VERDURES (ceba, pastanaga, tomàtiga, pèsols) I PATATA	ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	COL, PASTANAGA, PATATA, MONGETA TENDRA
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i pollastre	Suggeriment de sopar: Truita de patata i verdura	Suggeriment de sopar: Sopa i llenguado amb ensalada	Suggeriment de sopar: Cuinat de ciurons	Suggeriment de sopar: Pa amb oli

DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22
ARRÒS A LA MILANESA (salsa de tomàtiga i carn picada de porc)	CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES	ESPAGUETIS INTEGRALS AMB SALSÀ DE PEBRES VERMELL I TONYINA (1,3,4)
LLenguado AL VAPOR (4)	TRUITA DE PATATA I CARABASSÍ (3)	HAMBURGUESA DE POLLASTRE (6,12)
MINISTRA DE VERDURES	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga, tonyina) (4)	ENSALADA GREGA (fulles de roure, orenga, olives negres, formatge tendre) (7)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb pisto	Suggeriment de sopar: Puré de verdures i croquetes	Suggeriment de sopar: Sopa i indiots amb ensalada



Bon Nadal !

Legenda 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