

CEIP Menú General mes de maig de 2022

Els menús van acompanyats d'aigua i pa del Forn de Binissalem.
La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en ou fòl és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premià en fred.
Els productes ecològics d'aquest mes són: carbassa, ciurans, lletuga.

2	3	4	5	6
<p>ESPAGUETS INTEGRALS A LA PIZZAIOLA (ceba, tomàtiga, orenga, alfabaguera, juliver) (1,3)</p> <p>LLOM DE LLUÇ AMB PICADA (4)</p> <p>ENSALADA ORIENTAL (iceberg, espinacs, pastanaga, taronja, soja) (6)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Aràs amb verdures i pollastre</p>	<p>CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES</p> <p>TRUITA DE PATATA I CEBA (3)</p> <p>ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga, remolatxa)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Quinoa amb verdures i rap</p>	<p>ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, olives negres, blat de les índies, tonyina) (1,3,4)</p> <p>MAGRE DE PORC AL FORN</p> <p>XAMPINYONS I PATATA</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada i fruita amb torrades</p>	<p>PURÉ DE VERDURES</p> <p>NUGGETS DE POLLASTRE (1,3)</p> <p>BRÒQUIL I PASTANAGA AL VAPOR</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada de blat sarraí i llençles</p>	<p>ARRÓS SALTAT AMB VERDURES (poro, pebre vermell, pastanaga, pèsols)</p> <p>GALL AL FORN AMB PEBRES (4)</p> <p>ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga, tonyina) (4)</p> <p>IOGURT NATURAL (7)</p> <p>Suggeriment de sopar: Quiche</p>
9	10	11	12	13
<p>CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)</p> <p>TRUITA DE PATATA I CARABASSÓ (3)</p> <p>ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, olives negres, blat de les índies)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Aràs amb verdures i salmó</p>	<p>FIDEJÀ A LA CARBONARA (1,3,6,7)</p> <p>LIBRET D'INDIOT AMB CUIXOT I FORMATGE (1,3,6,7)</p> <p>ENSALADA PRIMAVERA (iceberg, ceba, tomàtiga, cogombre, olives verdes)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Patata i verdures amb ou</p>	<p>PURÉ DE PASTANAGA (pastanaga, ceba, poro, patata)</p> <p>ROSBIT DE POLLASTRE</p> <p>MINISTRA DE VERDURES</p> <p>IOGURT NATURAL (7)</p> <p>Suggeriment de sopar: Verdures amb quinoa i ciurans</p>	<p>ARRÓS DELÍCIOS DE LA MAR (ceba, poro, pastanaga, pebres, pèsols i gamba) (2)</p> <p>MEDALLÓ DE LLUÇ AL FORN (4)</p> <p>ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicero, gaminats, tonyina) (4,6)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: País de verdures amb patata</p>	<p>SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3)</p> <p>PITERA D'INDIOT A LA PLANXA AMB CEBA</p> <p>MONGETES TENDRES SALTADES AMB BACÓ</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza</p>
16	17	18	19	20
<p>MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE VERDURES I TOMÀTIGA (1,3)</p> <p>FILET DE LLUÇ A LA LIMONA (4)</p> <p>ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, olives negres, blat de les índies)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Patata i verdures amb ou</p>	<p>CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES</p> <p>AGUIAT DE PLOTES DE CARN MIXTA (1,6,7,12)</p> <p>VERDURES (ceba, poro, pastanaga, tomàtiga) I PATATA</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada amb aràs i tonyina</p>	<p>ARRÓS DELÍCIOS DEL CAMP (ceba, poro, pastanaga, pebres, pèsols, bacó) (6,7)</p> <p>TRUITA A LA FRANCESA (3)</p> <p>ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Quinoa amb verdures i ciurans</p>	<p>PURÉ D'ESPINACS I LLEGUMS</p> <p>HAMBURGUESA VEGETAL DE COLFLORI</p> <p>ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga, tonyina) (4)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada i hamburguesa de ciurans</p>	<p>ENSALADA DE PATATA AMB TREMPÓ, TONYINA I OU (3,4)</p> <p>GREXERA DE BACALLÀ (4)</p> <p>PASTANAGA, CARXOFA I PÈSOLS</p> <p>IOGURT NATURAL (7)</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada i quesadilles</p>
23	24	25	26	27
<p>SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES (1,3)</p> <p>HORI AL FORN (4)</p> <p>ENSALADA CAPRESE (mesclum, tomàtiga, alfabaguera, orenga, olives negres, formatge tendre) (7)</p> <p>IOGURT NATURAL (7)</p> <p>Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb xampinyons</p>	<p>ARRÓS AMB SALSA DE TOMÀTIGA</p> <p>TRUITA A LA FRANCESA (3)</p> <p>ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Sopa amb verdures i pollastre</p>	<p>CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES</p> <p>CUIXETES DE POLLASTRE</p> <p>XAMPINYONS I ARRÓS AL CURRY (7)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada i fruita de patata</p>	<p>PASTA AMB TOMÀTIGA, BLAT DE LES ÍNDIES, TONYINA I OLIVES (1,3,4)</p> <p>LLAMPUGA AMB PEBRES (4)</p> <p>ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga i remolatxa)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Aràs amb verdures i llençles</p>	<p>PURÉ DE CARABASSÓ (carbassó, ceba o porros, patata)</p> <p>RAGÚ DE VEDELLA</p> <p>SALSA DE VERDURES (ceba, pastanaga, tomàtiga, pèsols) I PATATA</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada i salmó amb patata</p>
30	31			
<p>ESPAGUETS INTEGRALS A LA BOLONESA (1,3)</p> <p>LLOM DE LLUÇ AMB CEBA I PEBRE VERMELL (4)</p> <p>ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, olives negres, blat de les índies)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Quinoa amb verdures i llençles</p>	<p>SOPA DE BROU DE PEIX AMB SÈPIA I GAMBETES (1,2,3,4,14)</p> <p>TRUITA DE PATATA I CEBA (3)</p> <p>PASTANAGÓ I MONGETES AL VAPOR</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada de quinoa amb pollastre</p>			

Llegenda d'al·lèrgens presents:

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