



Menú General mes de novembre de 2017
(amb suggeriments de sopars per a complementar el menú a casa)

Els menús van acompanyats d'aigua i pa variat del Forn de Binissalem. La cuina utilitza oli d'oliva per trempar i cuinar.

DIMECRES 1		DIJOUS 2		DIVENDRES 3					
FESTIU		TALLARINS A LA BOLONYESA (1,3.) HOKI AL FORN AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) MINISTRA DE VERDURES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Pitera de pollastre de camp amb arròs saltat i amanida Fruita de temporada		PURÉ DE VERDURES I LLEGUM ESCALOPINS CASOLANS DE LLOM (1,3) SALSA AL PEBRE I ARRÒS LLARG (7) FRUITA ecològica Suggeriment de sopar: Amanida variada amb alvocat i pizza variada Fruita de temporada					
		DILLUNS 6		DIMARTS 7		DIMECRES 8		DIJOUS 9	
CUINAT DE CIGONS AMB VERDURES (cigrons ecològics) HAMBURGUESA DE CARN MIXTA A LA PLANXA (7,12) PATATES BULLIDES SALTEJADES AMB JULIVERT FRUITA ecològica Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb amanida Fruita de temporada		ESPAGUETI integral AMB SALSA PESTO (1,3,7,8) PITERA D'INDIOT A LA PLANXA LLETUGUES VARIADES, CEBA, TOMÀTIGA I BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Crema de verdures i croquetes d'espínacs amb mongetes Fruita de temporada		SOPA DE "BULLIT MALLORQUÍ" (1,3) "BULLIT MALLORQUÍ" PATATA, COL, PASTANAGA I MONGETES TENDRES IOGURT (7) Suggeriment de sopar: Ou bullit amb patata i amanida amb olives Fruita de temporada		ARRÒS SALTEJAT AMB VERDURES (pèsols i pebre vermell) I MARISC (musclos i gambes) (2,7,12,14) MEDALLONS DE LLUÇ AL FORN (4) AMANIDA TROPICAL (piña i mango) (amb lletuga ecològica) FRUITA ecològica Suggeriment de sopar: Couscous salteja amb verdures i pollastre de camp Fruita de temporada		CREMA DE CARABASSÍ AMB FORMATGE FRESC I CROSTONS (1,7) "GREIXONERA D'OUS" (3) PATATA I VERDURES (carxofa i pèsols) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: "Quesadillas" variades - ceba i tonyina, xampinyons i pernil,...- Fruita de temporada	
DILLUNS 13		DIMARTS 14		DIMECRES 15		DIJOUS 16		DIVENDRES 17	
TORTELLINI AMB SALSA DE TOMÀTIGA (1,3) TRUITA DE PATATA I CEBA (3) AMANIDA DE TARDOR (lletuga, tomàtiga, ceba i nous) (8) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Lluç al vapor amb patata i pèsols saltejats Fruita de temporada		PURÉ DE PASTANAGA I LLEGUM CUINAT DE PILOTES DE CARN MIXTA PATATES I VERDURES FRUITA ecològica Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i ou bullit amb amanida Fruita de temporada		ARRÒS A LA MILANESA LENGUADO AL FORN (4) LLETUGA, PASTANAGA I OLIVES (amb lletuga ecològica) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Indiot a la planxa amb alls tendres i puré de patata Fruita de temporada		SOPA DE BROU DE CARN AMB FIDEVÍ integral (1,3) POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA VERDURES (ceba, tomàtiga) I PATATES FREGIDES IOGURT (7) Suggeriment de sopar: Llenguado arrebossat i amanida amb crostons Fruita de temporada		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES CROQUETES DE BACALLÀ (1,2,3,4,6,7,8,9,10) TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA ecològica Suggeriment de sopar: Crema de carabassa i hamburguesa amb arròs Fruita de temporada	
DILLUNS 20		DIMARTS 21		DIMECRES 22		DIJOUS 23		DIVENDRES 24	
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES SALSITXES FRESQUES DE PORC (1) AMANIDA MEDITERRÀNIA (lletugues variades, tomàtiga, ceba i tàperes) FRUITA ecològica Suggeriment de sopar: Ou bullit amb patata, mongeta tendra i pastanaga Fruita de temporada		MACARRONS A LA BOLONYESA (1,3.) SALMÓ AL VAPOR (4) MINISTRA DE VERDURES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Pitera de pollastre a la planxa amb amanida amb alvocat Fruita de temporada		CREMA DE PORROS AMB FORMATGE I CROSTONS (1,7) RAGÚ DE VEDELLA VERDURES (ceba, pastanaga, mongetes tendres) I PATATA A CANTONS IOGURT (7) Suggeriment de sopar: Truita de patata i ceba amb amanida amb olives Fruita de temporada		ARRÒS integral AMB SALSA DE PEBRE VERMELL I TOMÀTIGA LLUÇ ARREBOSSAT (1,3,4) LLETUGA, FULL DE ROURE I NOUS (8) (amb lletuga ecològica) FRUITA ecològica Suggeriment de sopar: Hamburguesa de cigrons amb patata i s tomàtiga Fruita de temporada		FIDEUS CASOLANS (tomàtiga, mongetes, pèsols, carxofa, carn variada) (1,3) PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA PATATA BULLIDA FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Amanida variada amb poma i pizza variada Fruita de temporada	
DILLUNS 27		DIMARTS 28		DIMECRES 29		DIJOUS 30			
SOPA DE BROU DE PEIX DE ROCA AMB VERDURES (1,2,3,4,14) HAMBURGUESA DE CARNE MIXTA A LA PLANXA PURÉ DE PATATA I PÈSOLS FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Crema de verdures i rap saltat amb all i tomàtiga trempada Fruita de temporada		ARRÒS 5 DELÍCIES (pernil dolç, pèsols, pastanaga, mongetes tendres, truita) (3,7) RODÓ D'INDIOT A LA PLANXA MONGETES TENDRES SALTEJADES AMB BACON I XAMPINYONS FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i lluç al vapor amb amanida Fruita de temporada		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES CORDON BLEU (1,3,7) MEZCLUM, TOMÀTIGA I BLAT DE LES ÍNDIES (amb lletuga ecològica) FRUITA ecològica Suggeriment de sopar: Pollastre de camp amb porros, sofrits i patata Fruita de temporada		FIDEUÀ A LA CARBONARA (1,3,7) LLAMPUGA AL FORN (4) PATATA "PANADERA", PEBRES I SALSA DE TOMÀTIGA IOGURT (7) Suggeriment de sopar: Filet d'indiot a la planxa amb amanida amb crostons Fruita de temporada			

Legenda d'al·lèrgens presents:

1: Cereals amb gluten i derivats 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacahuets 6: Soia 7: Llet 8: Fruits Secs amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sàsam 12: Diòx. de sofre i sulfits 13: Altramussos 14: Mol·luscos i derivats