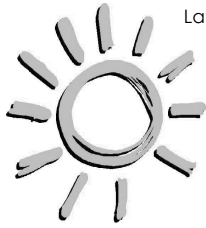


CEIP

Menú General mes de febrer 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.

Al febrer, un dia al sol y un altre al braser

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
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)	PURÉ DE VERDURES I LLEGUMS (amb ciurons ecològics)	ARRÒS A LA CUBANA AMB OU I SALSA DE TOMÀTIGA (3)
ESCALOP DE PORC CASOLÀ (1,3)	LLENGUADO AL FORN AMB SALSA MARINERA (1,2,4,14)	LASSANYA DE CARN MIXTA AMB BEIXAMEL I TOMÀTIGA (1,2,3,4,6,7,14)	TIRETES DE POLLASTRE AMB SALSA DE CURRY (7)	MEDALLONS DE LLUÇ A LA LLIMONA (4)
ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives, nous i ou bullit) (3,8)	PASTANAGA I COLIFLOR		PATATES BULLIDES	ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, mezclum, tomàtiga cherry, tonyina i germinats) (4)
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: Raoles de lluç amb espinacs a la mallorquina amb arròs / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patates i coliflor / Fruita	Suggeriment de sopar: Tortilles mexicanes de verdures i pollastre / Fruita
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
TALLARINS A LA BOLONYESA (1,3)	CUINAT DE CIURONS (amb carabassa ecològica)	ENSALADA DE PASTA TRICOLOR AMB TOMÀTIGA CHERRY, TONYINA I OLIVES (1,3,4)	PURÉ DE PORROS AMB FORMATGE I CROSTONS (1,7) (amb porro ecològic)	ARRÒS MARINER AMB GAMBETES I SÈPIA I PEIX DE ROCA (2,4,14)
ORADA AL FORN (4)	TRUITA DE PATATES I CARABASSÍ (3)	LLOM DE LLUÇ A LA MALLORQUINA (4)	RODÓ DE VEDELLA	RUSTIT DE POLLASTRE
MINESTRA DE VERDURES	ENSALADA CAPRESE (mezclum, tomàtiga, alfabaguera, formatge tendre i olives negres) (7)	PATATA, ESPINACS, BLEDES I GRELLS	SALSA DE VERDURES I ARRÒS	ENSALADA DE TARDOR (fulles de roure, mezclum, tomàtiga, ceba morada i poma)
IOGURT (7)	FRUITA CÍTRICA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Cuinat de lleties amb verdures, arròs i vinagre / Fruita	Suggeriment de sopar: Puré de carabassa i indiots amb pebres / Fruita	Suggeriment de sopar: Croquetes de ciurons amb ensalada i pa torrat / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i seitons enfarinats amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pasta filo amb verdures, salsa de tomàtiga i formatge / Fruita
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
CUINAT DE MONGETES PINTADES (carabassa ecològica)	ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, pèsols i blat de les índies)	SOPA DE BROU DE PEIX DE ROCA (1,3,4,12)	FIDEUS PAGESOS (mongeta tendre i carxofa) (1,3)	PURÉ DE CARABASSA I LLEGUMS (amb carabassa ecològica)
TRUITA A LA FRANCESA (3)	AGUIAT DE PILOTES DE CARN MIXTA (1,6,7,12)	SALMÓ AMB PISTO DE VERDURES (4)	NUGGETS DE POLLASTRE (1,3)	LLUÇ A LA PLANXA (4)
ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mezclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (4)	PASTANAGA I CARXOFA	ENSALADA GREGA (fulles de roure, iceberg, olives negres, formatge tendre, orenga) (7)	ARRÒS I SALSA AL PEBRE (1,7)	ENSALADA 4 ESTACIONS (lletuga, tomàtiga, pastanaga i remolatxa)
FRUITA CÍTRICA	IOGURT (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Aguiat de calamarsets amb verdures i patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Puré de verdures i indiots a la planxa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Ciurons amb verdures i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada / Fruita
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
SOPA MERAVELA AMB BROU DE CARN I VERDURES (1,3)	CREMA DE CARABASSA I PASTANAGA (amb carabassa ecològica)	ESPAGUETIS INTEGRALS AMB VERDURES (porro, carabassa i ceba) (1,3)	ARRÒS CINC DELICIES (pastanaga, porro, pèsols, gambetes i truita) (2,3)	CUINAT DE MONGETES PINTADES AMB COL (carabassa ecològica)
TRUITA DE PATATES I CEBAS (3)	PITERA D'INDIOT AMB CEBAS	HOKI AL FORN (4)	HAMBURGUERS DE POLLASTRE (6,12)	LLAMPUGA AL FORN (1,4)
ENSALADA DE CANONGES (canonges, iceberg, tomàtiga, pastanaga i olives)	CUSCÚS I VERDURES (pebre vermell, pèsols, pastanaga) (1)	BRÒCOLI I PASTANAGA	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, blat de les índies i olives negres)	PEBRES VERMELLS
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT (7)	FRUITA CÍTRICA
Suggeriment de sopar: Cuinat de lleties amb verdures i arròs / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i Croquetes d'espinacs / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i quiche variat / Fruita

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Cereals amb 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: Diòx. de sofre i sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscos