



CEIP Menú General mes maig 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 premi en fred.
Els productes ecològics d'aquest mes són: carabassa, ciurons, lletuga.

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DIA NO LECTIU	CREMA DE CARABASSÍ AMB FORMATGE (7) LLENGUADO AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) PATATES BULLIDES I MONGETES TENDRES IOGURT (7)	ARRÒS SALTEJAT AMB FRUITS DE LA MAR I VERDURES (pesols, blat de les índies, ceba amb picada d'all i julivert) (2,4,14) HAMBURGUESA MIXTA (6,12) ENSALADA RÚSTICA (lletuga, fulles de roure, ou bullit i nous) (3,8) FRUITA DE TEMPORADA	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) ANELLS DE LLUÇ ARREBOSSAT (1,3,4) ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (lletuga, mesclum, xerry i tonyina) (4) FRUITA DE TEMPORADA	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3) RAGÚ DE VEDELLA (12) AMB SALSA DE VERDURES (ceba, tomàtiga) I ARRÒS FRUITA DE TEMPORADA
	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i fruita a la francesa amb pa / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de verdures amb crostons i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Als tendres i porros amb pollastre i puré de patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Hamburguesa de ciurons amb Tabulé / Fruita
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
ESPIRALS DE PASTA AMB XERRY, TONYINA, BLAT DE MORO I OU BULLIT (1,3,4) ORADA AMB SALSA D'ANET (4) AMB COLIFLOR I PASTANAGA AL VAPOR FRUITA DE TEMPORADA	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES LLIBRETS D'INDIOT AMB FORMATGE I CUIXOT D'INDIOT (1,3,7) ENSALADA ORIENTAL (lletuga, pastanaga, espinacs, taronja i soja) (6) FRUITA DE TEMPORADA	ARRÒS 5 DELÍCIES (CEBA, API, PÈSOLS, BACÓ, CUIXOT DOLÇ) (6,7) TRUITA FRANCESA (3) ENSALADA TROPICAL (lletugues variades, pinya, melicótop almívar) FRUITA DE TEMPORADA	PURÉ DE LLEGUMS I VERDURES LLAMPUGA AL FORN (4) AMB PEBRES VERMELLS I PATATES FRUITA ecològica	FIDEUS PAGESOS AMB VERDURES (CARXOFA I MONGETA) (1,3) PITERA DE POLLASTRE AMB ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3) ENSALADA DE CANONGES (lletuga, pastanaga, canonges i olives s/os) IOGURT (7)
Suggeriment de sopar: Ensalada i raodes de verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Bacallà amb salsa de tomàtiga i patates / Fruita	Suggeriment de sopar: Llenties cuinades amb verdures i arròs / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i fruita de patates / Fruita	Suggeriment de sopar: Tortilles mexicanes de verdures / Fruita
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
TORTELLINI DE CARN AMB SALSA 4 FORMATGES (1,3,7) HOKY AL FORN (4) ENSALADA MEDITERRÀNEA (lletuga, tomàtiga, ceba i tonyina) (4) FRUITA DE TEMPORADA	FIDEUS AMB BROU DE PEIX DE ROCA I GAMBETES (1,2,3,4,14) TRUITA DE PATATES I CEBA (3) SALTEJAT DE MONGETES TENDRES, XAMPINYONS I BACÓ (6,7) IOGURT (7)	ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA POLLASTRE AL FORN ENSALADA GREGA (lletuga, formatge tendre, olives negres i orenga) (7) FRUITA ecològica	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) RABAS DE CALAMAR (1,3,4,7) ENSALADA DE BLAT DE LES INDIES (lletuga, espinacs, blat de moro i olives negres) FRUITA DE TEMPORADA	CREMA DE CARABASSA (7) RODÓ DE VEDELLA (12) AMB SALSA DE VERDURES (ceba, pastanaga i porro) I PATATES FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Cuinat de lleties amb verdures, arròs i vinagre / Fruita	Suggeriment de sopar: Tabulé de cuscús i seccions enfarinats / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada de patata amb rap al vapor / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i pollastre saltat / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i fruita de patates i espinacs / Fruita
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB COL I VERDURES (carabassa ecològica) TRUITA DE PATATA I CEBA (3) ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (lletuga, mesclum, xerry i tonyina) (4) FRUITA DE TEMPORADA	ENSALADA DE QUINOA (quinoa, lletuga, pebres torrats, espinacs, col lombarda i formatge tendre) (7) AGUIAT DE PILOTES DE CARN (1,6,7,12) AMB PATATES I PÈSOLS FRUITA ecològica	PURÉ DE PASTANAGA I CIURONS LLUÇ AL VAPOR (4) ENSALADA DE BLAT DE LES INDIES (lletuga, espinacs, blat de moro i olives negres) IOGURT (7)	MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA CARBONARA (1,3,7) PITERA D'INDIOT AL FORN AMB SALSA DE TOMÀTIGA, XAMPINYONS I ARRÒS BASMATI FRUITA DE TEMPORADA	SOPA DE BROU DE CARN AMB FIDEVI (1,3) SALMÓ AL FORN (4) A LA TARONJA BRÒQUIL, TOMÀTIGA XERRY I SÈSAM (11) FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Sopa i pollastre amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i llenguado arrebossat / Fruita	Suggeriment de sopar: Patata i verdures al vapor amb ou bullit / Fruita	Suggeriment de sopar: Tabulé de cuscús amb ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i pizza casolana / Fruita
DILLUNS 31				
ESPAGUETTIS INTEGRALS A LA BOLONYESA (1,3) TRUITA FRANCESA (3) ENSALADA DE CANONGES (lletuga, pastanaga, canonges i olives s/os) IOGURT (7)				
Suggeriment de sopar: Cuinat de lleties amb verdures i arròs / Fruita				
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: Sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscos				