

Escoles **Menú General** **JUNY 2025**

El dinar s'acompanya de pa del Forn de Binissalem i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred per trempar

Les fruites del mes de juny són: albercocs, cireres, freses, melicotó, nectarina, nispro, poma, pera, prunes, plàtan, taronja, síndria.

Les hortalisses del mes de juny són: albergínia, bledes, bròquil, carabassó, cogombre, espinacs, mongetes, pebres, pastanaga, porros, rave, tomàtiga.

Hortalisses de producció integrada de proximitat. Fruita ecològica 1 pic a la setmana, carabassa o porro ecològic, lletuga ecològica 1 pic a la setmana

2	3	4	5	6
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (ceba, tomàtiga, mongeta tendre, carabassa ecològica) (1)	FIDEUÀ AL PESTO (1,3,7,8)	CREMA DE VERDURES I LLEGUM (ceba, carabassó , pastanaga , mongetes tendres, lletia vermella)	ARRÒS AMB VERDURES (pèsols, pebre vermell , xampinyons, pastanaga)	FIDEUS PAGESOS (carn de xot, cebes, tomàtiga, mongetes tendres, carxofes) (1,3)
TRUITA DE PATATA I CARABASSÓ (3)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	HAMBURGUESA VEGETAL (1,3,7,9)	HOKI AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)	INDIOT AL FORN
ENSALADA ESTIVAL (iceberg, roure, tomàtiga, pastanaga , olives verdes)	ENSALADA MEDITERRÀNIA (lletuga ecològica , tomàtiga cicerol, germinats) (6)	PATATES AL FORN	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (romana , pastanaga)	XAMPINYONS I PASTANAGA
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA
Suggestiment de sopar: Espirals de llegum amb samfaina de verdures / Fruita	Suggestiment de sopar: Tabulé de cuscús i calamar amb picada / Fruita	Suggestiment de sopar: Ensalada variada i truita amb pa integral / Fruita	Suggestiment de sopar: Ciurons trempats amb patata, mongetes, pastanaga / Fruita	Suggestiment de sopar: Salmó a la planxa amb arròs i ensalada / Fruita
9	10	11	12	13
ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (ceba, tomàtiga, mongeta tendre, carabassa)	ESPIRALS D'ESTIU (blat de les índies, olives, ou, atún) (1,3,4,7)	CREMA DE CARABASSA (carabassa , cebes, porro ecològic , patata)	ENSALADA CÉSAR (mesclum, iceberg, pastanaga, tomàtiga cicerol, pollastre, crostons de pa, formatge) (1,4,7)
MEDALLONS DE LLUÇ AL FORN AMB PICADA (4)	SALSITXES DE PORC (6,7,12)	SALMÓ AL FORN A LA LLIMONA (4)	TRUITA DE PATATES (3)	PITERA DE POLLASTRE AMB SALSA AL PEBRE (1,2,3,4,5,7,8,9)
ENSALADA 4 ESTACIONS (romana , mesclum, pastanaga)	PASTANAGA I COLFLORI AL VAPOR	ENSALADA PRIMAVERA (lletuga ecològica , cebes, tomàtiga, cogombre)	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg , roure, tomàtiga)	ARRÒS BLANC
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUTA ecològica
Suggestiment de sopar: Espirals de llegums amb carabassó al pesto / Fruita	Suggestiment de sopar: Ensalada variada i ous bullits amb patata / Fruita	Suggestiment de sopar: Ensalada variada d'arròs amb formatge i nous / Fruita	Suggestiment de sopar: Bacallà al forn amb patata, verdures i tomàtiga / Fruita	Suggestiment de sopar: Pizza casolana variada / Fruita
16	17	18	19	20
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (ceba, tomàtiga, mongeta tendre, carabassa ecològica) (1)	ARRÒS 5 DELÍCIES (pastanaga, blat de les índies, pèsols, truita, gambes) (2,3,4,12,14)	CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA	CIURONS AMB VERDURES I CUSCÚS (1)	Menú Especial Fi de curs
TRUITA A LA FRANCESA (3)	BACALLÀ ARREBOSSAT (1,2,4,7,14)	LLOM DE PORC	FILET DE LLUÇ AL FORN (4)	Macarrons integrals a la Bolonyesa (1,3)
ENSALADA MEDITERRÀNIA (lletuga ecològica , tomàtiga cicerol, germinats) (6)	ENSALADA DE CANONGES (iceberg , canonges, tomàtiga, pastanaga , olives verdes)	TUMBET MALLORQUÍ	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (romana , pastanaga)	Nuggets de Pollastre (1) amb Patates xips
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	Natilles (7)
Suggestiment de sopar: Quínoa saltada amb verdures i formatge / Fruita	Suggestiment de sopar: Bullit de verdures i patata amb ou / Fruita	Suggestiment de sopar: Tonyina a la planxa amb tabulé de cuscús / Fruita	Suggestiment de sopar: Ensalada variada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggestiment de sopar: Tacos mexicans variats / Fruita

Tot l'equip de cuina i menjador vos desitja un bon estiu!



Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Apí 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscos