



Menú General mes de maig de 2024

Els menús inclouen pa moreno mallorquí i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i oli d'oliva verge per trempar.

| 1 | | | | | 2 | | | | | 3 | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Festiu | | | | | No lectiu | | | | | No lectiu | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | | | | | 7 | | | | | 8 | | | | | 9 | | | | | 10 | | | | |
| ESPAGUETIS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3) | | | | | CUINAT DE CIURONS AMB ESPINACS | | | | | FIDEUÀ A LA CARBONARA (nata, bacon) (1,3,6,7) | | | | | CREMA DE PORROS | | | | | ENSALADA VARIADA AMB FORMATGE FRESC I NOUS (7,8) | | | | |
| CROQUETES DE POLLASTRE (1,2,3,4,6,7,8,9,10,14) | | | | | OUS BULLITS (3) | | | | | GALLINETA AMB ENFARINAT CASOLÀ (farina de blat) (1,2,4,14) | | | | | LLOM ROSTIT AMB LLIMONA | | | | | PAELLA CEGA DE PEIX I MARISC | | | | |
| ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES | | | | | PATATES ROSTIDES | | | | | TOMÀTIGA TREMPADA AMB AROMÀTIQUES | | | | | CEBA, PASTANAGA, TOMÀTIGA I PATATA | | | | | (calamar, sípia, gambes, lluç) (2,4,14) | | | | |
| FRUITA DE TEMPORADA | | | | | FRUITA DE TEMPORADA | | | | | FRUITA DE TEMPORADA | | | | | FRUITA DE TEMPORADA | | | | | FRUITA DE TEMPORADA | | | | |
| Suggeriment de sopar | | | | | Suggeriment de sopar | | | | | Suggeriment de sopar | | | | | Suggeriment de sopar | | | | | Suggeriment de sopar | | | | |
| Patates i verdures al vapor amb salmó a la planxa / Fruita | | | | | Ensalada variada i pollastre amb arròs / Fruita | | | | | Cuscús amb verdures i ciurons / Fruita | | | | | Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita | | | | | Pizza casolana variada / Fruita | | | | |
| 13 | | | | | 14 | | | | | 15 | | | | | 16 | | | | | 17 | | | | |
| CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) | | | | | SOPA DE BROU DE POLLASTRE (1,3,9) | | | | | ARRÒS INTEGRAL AMB SALSAS DE TOMÀTIGA | | | | | MACARRONS INTEGRALS AMB SALSAS DE XAMPINYONS (nata, sal, pebre bo) (1,3,7) | | | | | CREMA DE VERDURES I CIURONS | | | | |
| TRUITA DE PATATA I CEBA (3) | | | | | ESCALDUMS D'INDIOT (8) | | | | | GALL ARREBOSSAT CASOLÀ (ou, pa ratllat) (1,3,4) | | | | | PIT DE POLLASTRE ROSTIDA | | | | | CALAMAR A LA MALLORQUINA (2,4,8,14) | | | | |
| ENSALADA VARIADA AMB TONYINA (4) | | | | | PATATA I VERDURES | | | | | ENSALADA VARIADA AMB OLIVES | | | | | ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES | | | | | ARRÒS BLANC | | | | |
| FRUITA DE TEMPORADA | | | | | FRUITA DE TEMPORADA | | | | | FRUITA DE TEMPORADA | | | | | FRUITA DE TEMPORADA | | | | | FRUITA DE TEMPORADA | | | | |
| Suggeriment de sopar | | | | | Suggeriment de sopar | | | | | Suggeriment de sopar | | | | | Suggeriment de sopar | | | | | Suggeriment de sopar | | | | |
| Lluç al forn amb ceba, xampinyons i cuscús / Fruita | | | | | Crema de verdures i truita a la francesa amb ensalada / Fruita | | | | | Espirals de llegum amb verdures i tomàtiga / Fruita | | | | | Purè de carabassa i ous trencats amb patata / Fruita | | | | | Tacos mexicans de verdures i carn / Fruita | | | | |
| 20 | | | | | 21 | | | | | 22 | | | | | 23 | | | | | 24 | | | | |
| ESPIRALS D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, formatge) (1,3,7) | | | | | CREMA DE PASTANAGA I LLENTIES (1) | | | | | TREMPO DE CIURONS (tonyina i olives) (4) | | | | | ARRÒS DE PEIX (2,4,14) | | | | | ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabetuera, formatge) (7) | | | | |
| SALMÓ EN SALSAS (4) | | | | | PILOTES DE CARN MIXTA (6,9,12) | | | | | POLLASTRE AL FORN | | | | | TRUITA DE PATATA I CARABASSÓ (3) | | | | | INDIOT AMB CURRI (7) | | | | |
| ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES | | | | | PATATA I VERDURES (ceba, pastanaga, pèsols, salsa de tomàtiga) | | | | | PATATES ROSTIDES AMB ALL I LLIMONA | | | | | ENSALADA VARIADA AMB OLIVES | | | | | VERDURES (ceba, carabassó) I ARRÒS | | | | |
| FRUITA DE TEMPORADA | | | | | FRUITA DE TEMPORADA | | | | | FRUITA DE TEMPORADA | | | | | FRUITA DE TEMPORADA | | | | | FRUITA DE TEMPORADA | | | | |
| Suggeriment de sopar | | | | | Suggeriment de sopar | | | | | Suggeriment de sopar | | | | | Suggeriment de sopar | | | | | Suggeriment de sopar | | | | |
| Falàfel de ciurons amb patata bullida / Fruita | | | | | Ensalada d'espirals de llegum / Fruita | | | | | Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita | | | | | Lluç al forn amb patata, ceba, tomàtiga / Fruita | | | | | Ensalada de quinoa i sípia a la planxa / Fruita | | | | |
| 27 | | | | | 28 | | | | | 29 | | | | | 30 | | | | | 31 | | | | |
| TALLARINES AL PESTO (1,3,7,8) | | | | | CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) | | | | | ARRÒS AMB VERDURES I SALSAS DE SOIA (1,6) | | | | | CREMA DE VERDURES I CIURONS | | | | | ENSALADA CÈSAR (1,3,4,7) | | | | |
| TIRES DE CALAMAR AMB ENFARINAT CASOLÀ (1,2,4,14) | | | | | POLLASTRE A LA PLANXA | | | | | OUS FARCITS (3,4) | | | | | INDIOT ARREBOSSAT CASOLÀ (ou, pa ratllat) (1,3) | | | | | FIDEUÀ CEGA DE PEIX I MARISC | | | | |
| TOMÀTIGA TREMPADA AMB AROMÀTIQUES | | | | | PATATES ROSTIDES | | | | | ENSALADA VARIADA AMB OLIVES | | | | | PURÉ DE PATATA | | | | | (1,2,3,4,14) | | | | |
| FRUITA DE TEMPORADA | | | | | FRUITA DE TEMPORADA | | | | | FRUITA DE TEMPORADA | | | | | FRUITA DE TEMPORADA | | | | | FRUITA DE TEMPORADA | | | | |
| Suggeriment de sopar | | | | | Suggeriment de sopar | | | | | Suggeriment de sopar | | | | | Suggeriment de sopar | | | | | Suggeriment de sopar | | | | |
| Cuscús amb verdures i ciurons / Fruita | | | | | Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita | | | | | Sardines a la planxa amb pebres i pa torrat / Fruita | | | | | Ensalada i truita a la francesa amb pa / Fruita | | | | | Pa amb oli variat / Fruita | | | | |

Llegenda d'al·lèrgens presents

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

Alfonso Poveda Perea, Cap de cuina de l'escola. María Colomer Valiente, Dietista-nutricionista Col IB00005

