



Menú general mes de maig de 2022

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

Les hortalisses del menú, en la mesura de les possibilitats del mercat, són de producció local.

2	3	4	5	6
ARRÓS DE PEIX (2,4,14) CROQUETES DE POLLASTRE (1,3,7) ENSALADA PANZANELLA (tomàtiga, crostons, alfabetguera) (1) IOGURT NATURAL ENSUCRAT (7) Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb curri de xampinyons / Fruita	NOQUIS AMB SALSÀ CARBONARA (ceba, pernil, bacó, nata) (1,6,7) TRUITA A LA FRANCESA AMB HERBES PROVENÇALS (3) ENSALADA VARIADA AMB TONYINA (4) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Saltat de verdures amb quinoa i indiots trossejats / Fruita	PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA I LLENTIES BACALLÀ AL FORN (4) SALSÀ DE TOMÀTIGA I PATATA FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ensalada variada i pastís de carabassó amb tomàtiga / Fruita	CIURONS AMB TREMPÓ POLLASTRE ROSTIT AMB LLIMONA I ROMANÍ PATATES ROSTIDES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ensalada variada i calamars amb arròs / Fruita	ENSALADA VARIADA AMB FORMATGE TENDRE I NOUS (7,8) FIDEUÀ CEGA DE PEIX I MARISC (2,4,14) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Quesadilles variades / Fruita
9	10	11	12	13
MACARRONS INTEGRALS AMB SALSÀ NAPOLITANA (all, ceba, tomàtiga, aromàtiques) (1,3) LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3,4) ENSALADA VARIADA AMB OLIVES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Puré de verdures i fruita de patata i espinacs / Fruita	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) POLLASTRE A LA PLANXA PURÉ DE PATATA (12) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ensalada i lluç amb arròs saltat / Fruita	PURÉ DE CARABASSÓ OUS FARCITS (3,4) ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES IOGURT NATURAL ENSUCRAT (7) Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i indiots a la planxa / Fruita	PAELLA DE VERDURES SALMÓ AL FORN AMB LLIMA I ANET (4) BRÒQUIL AL VAPOR FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb ceba, pebres i tomàtiga / Fruita	ENSALADA VARIADA AMB TONYINA (4) LASANYA CASOLANA DE CARN MIXTA (1,3,7,12) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Pizza casolana / Fruita
16	17	18	19	20
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3) ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Verdures amb quinoa i pollastre / Fruita	ARRÓS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga, pèsols, aromàtiques) LLUÇ AL FORN AMB PICADA (4) ENSALADA VARIADA AMB TONYINA (4) IOGURT NATURAL ENSUCRAT (7) Suggeriment de sopar: Bullit de patata, verdures i ou / Fruita	PURÉ DE PASTANAGA INDIOT A LA PLANXA AMB CEBÀ PATATES PARIENQUES (oli, sal, julivert) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ensalada variada i hamburguesa de ciurons amb torrades / Fruita	PASTA D'ESTIU (espirals, tomàtiga, alfabetguera, formatge, olives) (1,3,7) FILET DE GALL ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3,4) ENSALADA VARIADA AMB OLIVES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i fruita a la francesa amb carabassó / Fruita	ENSALADA CÈSAR (lletuga, crostons de pa, formatge i salsà) (1,4,7) PILOTES CASOLANES DE CARN MIXTA AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA I ARRÓS (7,12) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Coca de verdures i sardines / Fruita
23	24	25	26	27
CUSCÚS AMB VERDURES (ceba morada, pebres, pastanaga, aromàtiques) (1) CALAMAR ENFARINAT CASOLÀ (1,14) ENSALADA GREGA (cabdells o cogombre, tomàtiga, olives negres, formatge) (7) IOGURT NATURAL ENSUCRAT (7) Suggeriment de sopar: Fruita de carabassó i torrades amb tomàtiga / Fruita	CIURONS AMB PATATA BULLIDA, TAP DE CORTÍ I OLI D'OLIVA LLOM ROSTIT CEBA, PASTANAGA, TOMÀTIGA FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ensalada i lluç enfarinat / Fruita	ARRÓS AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA TRUITA A LA FRANCESA AMB PERNIL (3,6,7) ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Verat a la planxa amb verdures i quinoa / Fruita	TALLARINES INTEGRALS AMB PESTO (all, alfabetguera, formatge) (1,3,7) PITRERA DE POLLASTRE AL FORN ENSALADA VARIADA AMB TONYINA (4) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Llenties cuinades amb verdures i arròs / Fruita	PURÉ DE VERDURES I LLENTIES VERMELLES AMB CROSTONS (11) FRIT DE PEIX I MARISC (2,4,14) (all, patata, pebres, ceba tendra, pèsols, fonoll, rap, calamars, gambes) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ensalada i pa amb oli / Fruita
30	31			
TEMPURA DE VERDURES AMB SALSÀ DE SOIA (1,3,6) ARRÓS A LA CUBANA (3) (ceba, pastanaga, tomàtiga, aromàtiques, ou) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ensalada i indiots amb puré de patata / Fruita	PURÉ DE PORROS AMB FORMATGE (7) LLUÇ AL FORN AMB SAMFAINA (4) PATATES AL VAPOR FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ensalada i hamburguesa de ciurons amb arròs / Fruita			

Legenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustacis 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·luscs