

Menú de març de 2020

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.

| DILLUNS | 2 | DIMARTS | 3 | DIMECRES | 4 | DIJOUS | 5 | DIVENDRES | 6 |
|--|----|--|----|--|----|---|----|--|----|
| | | PURÉ DE VERDURES I LLENTIES | | CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES | | SOPA DE BULLIT | | MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE FORMATGE | |
| | | ESCALDUMS D'INDIOT AMB PATATA | | CROQUETES DE POLLASTRE I ENSALADA AMB REMOLATXA | | BULLIT MALLORQUÍ (pollastre, patata, mongetes tendres, pastanaga, col i ceba) | | HOKI ARREBOSSAT CASOLÀ AMB LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES | |
| | | IOGURT | | FRUITA FRESCA | | FRUITA FRESCA | | FRUITA FRESCA | |
| | | Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita d'espínacs / Fruita | | Suggeriment de sopar: Lluç amb arròs i tomàtiga / Fruita | | Suggeriment de sopar: Puré de carabassa i truita de carxofes / Fruita | | Suggeriment de sopar: Tortilles mexicanes / Fruita | |
| DILLUNS | 9 | DIMARTS | 10 | DIMECRES | 11 | DIJOUS | 12 | DIVENDRES | 13 |
| PURÉ DE CARABASSA AMB CROSTONS DE PA | | ESPAGUETIS AMB SALSA PESTO | | ARRÒS AMB SALTAT DE VERDURES I SOJA | | PATATES AMB CREMA I ESPINACS | | CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES | |
| CASSOLA DE RAP AMB CEBA, TOMÀTIGA, PÈSOLS I PATATA | | POLLASTRE AL FORN AMB LLETUGUES VARIADES, TOMÀTIGA I OLIVES | | LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB MESCLUM, PASTANAGA I BLAT DE LES ÍNDIES | | LLOM AGUIAT AMB CUSCÚS I VERDURES (ceba, pastanaga, tomàtiga i xampinyons) | | TRUITA DE PATATA I CEBA AMB ENSALADA AMB TONYINA | |
| FRUITA FRESCA | | FRUITA FRESCA | | FRUITA FRESCA | | IOGURT | | FRUITA FRESCA | |
| Suggeriment de sopar: Sopa i croquetes amb ensalada / Fruita | | Suggeriment de sopar: Ou bullit amb patata i verdures / Fruita | | Suggeriment de sopar: Aguiat de ciurons amb patata / Fruita | | Suggeriment de sopar: Bacallà amb arròs i samfaina / Fruita | | Suggeriment de sopar: Hamburguesa casolana completa / Fruita | |
| DILLUNS | 16 | DIMARTS | 17 | DIMECRES | 18 | DIJOUS | 19 | DIVENDRES | 20 |
| CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES | | ARRÒS SEC MARINER | | SOPA DE BROU DE CARN AMB FIDEUS INTEGRALS | | PURÉ DE VERDURES I LLENTIES | | ENSALADA DE LLETUGUES VARIADES, PASTANAGA I BROT DE SOJA | |
| SALMÓ AL FORN I ENSALADA AMB OLIVES | | TRUITA A LA FRANCESA I ENSALADA AMB FORMATGE | | AGUIAT D'INDIOT AMB VERDURES I PATATA | | BACALLÀ AMB SALSA DE TOMÀTIGA I ARRÒS | | LASANYA CASOLANA AMB SALSA BOLONYESA | |
| FRUITA FRESCA | | FRUITA FRESCA | | IOGURT | | FRUITA FRESCA | | FRUITA FRESCA | |
| Suggeriment de sopar: Aguiat de calamarsets amb ceba, pèsols i patata / Fruita | | Suggeriment de sopar: Puré de verdures i indiot amb carabassó / Fruita | | Suggeriment de sopar: Hèlixs de lleties amb pebres i tomàtiga / Fruita | | Suggeriment de sopar: Truita de patata i ceba amb ensalada / Fruita | | Suggeriment de sopar: Quesadilles variades / Fruita | |
| DILLUNS | 23 | DIMARTS | 24 | DIMECRES | 25 | DIJOUS | 26 | DIVENDRES | 27 |
| NYOQUIS AMB SALSA NAPOLITANA | | ARRÒS BRUT | | PURÉ DE CARABASSA | | ENSALADA CÈSAR | | CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES | |
| TRUITA A LA FRANCESA I ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES | | LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ I ENSALADA AMB OLIVES | | LLOM AL FORN AMB PORROS, MONIATO I PATATA | | FIDEUÀ DE PEIX I MARISC | | POLLASTRE AL FORN AMB ROMANÍ I PATATES FREGIDES | |
| FRUITA FRESCA | | FRUITA FRESCA | | FRUITA FRESCA | | IOGURT | | FRUITA FRESCA | |
| Suggeriment de sopar: Pollastre amb arròs i verdures / Fruita | | Suggeriment de sopar: Ciurons amb verdures i cuscús / Fruita | | Suggeriment de sopar: Truita de patata i ceba amb ensalada / Fruita | | Suggeriment de sopar: Arròs saltat amb verdures i indiot / Fruita | | Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza variada / Fruita | |
| DILLUNS | 30 | DIMARTS | 31 |  <p style="margin: 0;">ESCOLA MATA DE JONC</p>  <p style="margin: 0;">María Colomer Valiente Dietista-Nutricionista Col. IB00005</p> | | | | | |
| FIDEUS DE BROU DE PEIX | | CUINAT DE MONGETES AMB VERDURES | | | | | | | |
| TRUITA DE PATATA I CEBA AMB ENSALADA AMB TONYINA I REMOLATXA | | CORDON BLEU CASOLÀ I TOMÀTIGA TREMPADA | | | | | | | |
| FRUITA FRESCA | | FRUITA FRESCA | | | | | | | |
| Suggeriment de sopar: Lluç amb ceba, tomàtiga i patata / Fruita | | Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita amb xampinyons / Fruita | | | | | | | |