


MENÚ DE MAIG DE 2012

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1	2	3	4
		<ul style="list-style-type: none"> ➤ ENSALADA VARIADA ➤ CALAMAR AMB SALSINA I ARRÓS BLANC ➤ PLÀTAN 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ CREMA DE CARABASSA ➤ AGUIAT DE VEDELLA ➤ PERA 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ENSALADA DE PASTA ➤ TRUITA DE TONYINA AMB SAMFAINA ➤ IOGURT
7	8	9	10	11
<ul style="list-style-type: none"> ➤ CREMA DE PÈSOLS ➤ LLOM TORRAT AMB PATATES FREGIDES ➤ POMA 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ MACARRONS CARBONARA ➤ TRUITA D'ESPINACS I GAMBES AMB ENSALADA ➤ FRUITA 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ CIURONS ESCALDINS ➤ LLUÇ ARREBOSSAT AMB CREMA D'ESPINACS ➤ FRUITA CÍTRICA 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ SOPA DE BROU ➤ BULLIT ➤ PLÀTAN 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ENSALADA D'ARRÒS ➤ PASTÍS DE VERDURES AMB ENSALADA ➤ GELAT O FLAM
14	15	16	17	18
<ul style="list-style-type: none"> ➤ LLENTIES CUINADES ➤ CARN ARREBOSSADA AMB ENSALADA ➤ FRUITA CÍTRICA 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ SOPA DE BROU ➤ PASTÍS DE PEIX AMB PATATES FREGIDES ➤ IOGURT 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ PURÉ DE VERDURES AMB CROSTONS ➤ POLLASTRE ROSTIT AMB TOMÀTIGA AL FORN ➤ PLÀTAN 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ENSALADA DE PASTA ➤ RAOLES DE PEIX AMB ENSALADA ➤ POMA 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ CREMA DE PASTANAGA ➤ TRUITA DE CUIXOT I FORMATGE AMB TREMPÓ ➤ GELAT
21	22	23	24	25
<ul style="list-style-type: none"> ➤ ENSALADA VARIADA ➤ FIDEUÀ ➤ IOGURT 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ SOPA DE BROU ➤ AGUIAT DE PILOTES ➤ FRUITA CÍTRICA 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ MONGETES TREMPADES ➤ TRUITA DE PATATES I CEBA AMB ENSALADA ➤ PLÀTAN 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ TORTEL·LINI AMB SALSINA DE TOMÀTIGA ➤ PITRERA TORRADA AMB COLIFLOR GRATINADA ➤ GELAT 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ARRÒS MATA DE JONC ➤ PEIX AMB SALSINA I PATATES BULLIDES ➤ POMA
28	29	30	31	
<ul style="list-style-type: none"> ➤ TALLARINES AMB CARN, VERDURES I SALSINA DE SOJA ➤ CROQUETES AMB ENSALADA ➤ PERA 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ENSALADA AMB FORMATGE ➤ PEIX AL FORN AMB VERDURES ➤ GELAT 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ LLENTIES CUINADES ➤ PITRERA TORRADA AMB ENSALADA ➤ FRUITA CÍTRICA 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ SOPA DE BROU ➤ PEIX A LA ROMANA AMB PATATES FREGIDES ➤ POMA 	<p>Menú adaptat a:</p> <p>CELÍACS</p> <p>INTOLERÀNCIA LACTOSA</p>

MATA DE JONC

Menú revisat per Elena Muñoz, número col·legiada IB 0020, Dietista-Nutricionista d'ADIBA (Associació de persones amb diabetis de les Illes Balears)