


MENÚ DE NOVEMBRE DE 2015

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Menú adaptat a: CELIACS INTOLERÀNCIA LACTOSA				
	3	4	5	6
	<ul style="list-style-type: none"> ➤ LLENTIES CUINADES ➤ TRUITA DE CUIXOT SALAT I VERDURES AMB ENSALADA ➤ FRUITA CÍTRICA 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ CREMA DE VERDURES (FORMATGE I CROSTONS) ➤ PITRERA DE POLLASTRE A LA PLANXA I ARRÓS AMB ESPÈCIES ➤ PLÀTAN 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ESPAGUETIS AMB VERDURES I SALSA DE SOJA ➤ LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ AMB ENSALADA (LLETUGA VARIADA I BLAT DE MORO) ➤ RAÏM 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ BURBALLES DE BROU ➤ PASTÍS DE PEIX AMB SALSA DE TOMÀTIGA I MONGETES SALTADES AMB CUIXOT DOLÇ ➤ FRUITA DEL TEMPS
9	10	11	12	13
<ul style="list-style-type: none"> ➤ ARRÓS DE BROU (3 ANYS) ➤ ENSALADA GREGA (TOMÀTIGA, FORMATGE FETA I OLIVES NEGRES) ➤ AGUIAT DE POLLASTRE ➤ FRUITA DEL TEMPS 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ CREMA DE PORROS (CORIANDRE) ➤ PEIX ARREBOSSAT AMB PANKO AMB SALSA ADREDOLÇA I PATATES FREGIDES ➤ FRUITA DEL TEMPS 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ PURÉ DE LLEGUMS (3 ANYS) ➤ FABADA ➤ ROTLLET DE CUIXOT I FORMATGE AMB ENSALADA (LLETUGA I SOJA) ➤ IOGURT 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ SOPA DE BROU ➤ LLOM TORRAT AMB PATATES PANADERA (PEBRE I CEBA) ➤ FRUITA DEL TEMPS 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ MACARRONS BOSCAIOLA ➤ TRUITA DE CEBA I TONYINA AMB TOMÀTIGA I ORENGA ➤ FRUITA DEL TEMPS
16	17	18	19	20
<ul style="list-style-type: none"> ➤ SOPA DE BROU ➤ PITRERA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALSA DE TOMÀTIGA I COLIFLOR ARREBOSSADA ➤ FRUITA DEL TEMPS 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ CIURONS CUINATS ➤ TRUITA DE PATATES I CEBA AMB ENSALADA (LLETUGA I TOMÀTIGA) ➤ FRUITA CÍTRICA 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ SOPA DE BROU (3 ANYS) ➤ ENSALADA VARIADA AMB TONYINA I OU BULLIT ➤ PIZZA DE CUIXOT I FORMATGE ➤ FRUITA DEL TEMPS 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ FIDEUS DE PEIX ➤ PEIX AMB SALSA VERDA I PATATES BULLIDES ➤ FRUITA DEL TEMPS 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ CREMA DE CARABASSÓ AMB CROSTONS I JULIVERT ➤ LLOM AMB COL I PATATES FREGIDES ➤ IOGURT
23	24	25	26	27
<ul style="list-style-type: none"> ➤ TORTEL·LINI AMB SALSA DE TOMÀTIGA I ALFABEGUERA ➤ TRUITA DE CARABASSÓ AMB ENSALADA (LLETUGA I REMOLATXA) ➤ FRUITA DEL TEMPS 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ ARRÓS SALTAT AMB VERDURES DEL TEMPS (XAMPINYONS, CARABASSÓ, CEBA I PEBRE VERMELL) ➤ CROQUETES DE PEIX CASOLANES VARIADES AMB TREMPÓ ➤ FRUITA DEL TEMPS 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ LLENTIES CUINADES ➤ LLOM AL FORN AMB PURÉ DE PATATES ➤ FRUITA CÍTRICA 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ CREMA DE CARABASSA AMB FORMATGE ➤ CALAMAR A LA ROMANA CASOLÀ AMB ENSALADA (LLETUGA, TOMÀTIGA I PASTANAGA) ➤ IOGURT 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ FIDEUS AMB BROU DE PEIX A LA MARINERA AMB GAMBETES I SÈPIA ➤ PITRERA D'INDIOT A LA PLANXA AMB MENESTRA ➤ FRUITA DEL TEMPS
30				
<ul style="list-style-type: none"> ➤ SOPA DE BROU ➤ HAMBURGUESES DE PEIX AMB PATATES FREGIDES AMB QUÈTCHUP I LLETUGA ➤ FRUITA DEL TEMPS 				

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