

MENÚ D'OCTUBRE DE 2019

El menú inclou 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.



	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
	MACARRONS INTEGRALS GRATINATS SALMÓ AL FORN I ENSALADA DE BROTS VERDS FRUITA FRESCA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ciurons amb patata i verdures / Fruita	PURÉ DE CARABASSA I PASTANAGA AMB GINGEBRE AGUIAT DE PILOTES AMB SALSA DE TOMÀTIGA I ARRÒS FRUITA FRESCA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Molls enfarinats amb ensalada de poma i nous	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES INDIOT A LA PLANXA I ENSALADA VARIADA AMB OLIVES MACEDÒNIA DE FRUITA FRESCA Suggeriment de sopar: Ous bullits amb patata i verdures / Fruita	ENSALADA CÈSAR (crema de verdures per a infantil) SUQUET DE BACALLÀ AMB VERDURES I PATATA IOGURT Suggeriment de sopar: Quesadilles casolanes variades
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
ARRÒS DE PEIX AMB LLUCET TRUITA DE PATATA, CARABASSÓ I CEBA AMB TOMÀTIGA TREMPADA FRUITA FRESCA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i rap / Fruita	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES HAMBURGUESA DE CARN MIXTA AMB PATATES AL FORN FRUITA FRESCA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Truita de patata i ceba amb ensalada / Fruita	ESPAGUETIS AL PESTO *MUSSOLA AMB SAMFAINA FRUITA FRESCA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Indiot amb ensalada de cuscús / Fruita	PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA I CIURONS POLLASTRE A LA PLANXA I ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES IOGURT Suggeriment de sopar: Ous a la planxa amb arròs i verdures / Fruita	NYOQUIS DE PATATA A LA NAPOLITANA LLUÇ A LA GRAELLA AMB PICADA D'ALL I JULIVERT I ENSALADA AMB OLIVES MACEDÒNIA DE FRUITA FRESCA Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza amb formatge de cabra / Fruita
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES CROQUETES DE POLLASTRE I ENSALADA AMB TONYINA FRUITA FRESCA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Sopa i truita d'espàrrecs / Fruita	PURÉ DE MONGETES TENDRES, CARABASSA I PASTANAGA CALAMAR A LA GRAELLA I ARRÒS IOGURT Suggeriment de sopar: Carabassó gratinat i tomàtiga trempada amb olives	SOPA DE BROU DE CARN LLOM DE PORC AL FORN AMB PATATES I ENSALADA FRUITA FRESCA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Truita de patata i ceba amb ensalada / Fruita	ARRÒS AMB CEBA I PEBRES TRUITA A LA FRANCESA AMB ENSALADA DE BROTS VERDS I OLIVES MACEDÒNIA DE FRUITA FRESCA Suggeriment de sopar: Puré de verdures, lluç amb ceba i tomàtiga / Fruita	FIDEUS DE VERMAR *CUIXA DE POLLASTRE A LA CATALANA FRUITA FRESCA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Fajites de pollastre amb verdures / Fruita
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
ARRÒS A LA BOLONYESA LLUÇ A LA GRAELLA I ENSALADA AMB PASTANAGA FRUITA FRESCA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ciurons amb cuscús i verdures / Fruita	AGUIAT DE PATATES I VERDURES AMB OU BULLIT INDIOT A LA PLANXA I ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA FRESCA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ous bullits amb ensalada d'arròs / Fruita	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES LLENGUADO A LA ROMANA CASOLÀ I ENSALADA AMB OLIVES FRUITA FRESCA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Indiot amb patates i carabassó a la planxa / Fruita	*ROSSEJAT DE PALAFRUGELL (fideus secs amb gambes) TRUITA AMB FORMATGE I ENSALADA AMB CIREROLS IOGURT Suggeriment de sopar: Orada al forn amb ceba, pastanaga i patata / Fruita	PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA I MONGETA BLANCA AGUIAT DE POLLASTRE AMB POMA, CEBA, PASTANAGA I PATATA MACEDÒNIA DE FRUITA FRESCA Suggeriment de sopar: Ensalada i quiche d'espinaacs i formatge / Fruita
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	
CIURONS AMB BACALLÀ POLLASTRE A LA PLANXA AMB PATATES FREGIDES I BROTS TENDRES FRUITA FRESCA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Sopa i truita de carabassó / Fruita	MACARRONS INTEGRALS A LA NAPOLITANA LLUÇ ENFARINAT CASOLÀ I ENSALADA AMB OLIVES NEGRES FRUITA FRESCA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Indiot a la planxa i cuscús amb verdures / Fruita	PAELLA DE CARN I VERDURES TRUITA A LA FRANCESA I ENSALADA AMB POMA I PANSES FRUITA FRESCA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Cuinat de lleties amb verdures / Fruita	SOPA DE BROU DE CARN ORADA AL FORN A LA MALLORQUINA IOGURT Suggeriment de sopar: Truita de patata i ceba amb ensalada / Fruita	*Aquest mes donam a conèixer la gastronomia catalana.

