



Els menús van acompanyats d'aigua i pa del Forn de Binissalem.
La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.
Els productes ecològics d'aquest mes són: carabassa, ciurons, lletuga.

Amb pluja i vent, l'octubre entra content

DIJOUS 1	DIVENDRES 2
ARRÒS A LA CUBANA	SOPA DE BROU DE CARN
LLOM A LA PLANXA	TRUITA DE PATATES I CEBA
MINISTRA DE VERDURES	TOMÀTIGA XERRY, BRÓCOLI, SÈSAM I PEBRE BORD
POMA	PERA
Suggeriment de sopar: Cuinat de lleties amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli / Fruita

DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
PURÉ DE CARABASSA I LLEGUMS (amb carabassa ecològica)	ARRÒS SEC DE VERDURES	MACARRONS A LA BOLONYESA	CUINAT DE LLENTIES (amb carabassa ecològica)	ENSALADA CESAR (pollastre, parmesà, lletuga, crostons de pa)
INDIOT A LA PLANXA	AGUIAT DE PILOTES DE CARN MIXTA	POLLASTRE A LA PLANXA	TRUITA A LA FRANCESA	ESCALOP DE PORC CASOLÀ
ENSALADA 4 ESTACIONS (mesclum, iceberg, tomàtiga, pastanaga i remolatxa)	VERDURES	PASTANAGA BABY	ENSALADA MEDITERRÀNIA (lletuga, tomàtiga i ceba)	ARRÒS I SALSA AL PEBRE
POMA	MELÓ	PERA	IOGURT NATURAL	SÍNDRIA
Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita amb alls tendres / Fruita	Suggeriment de sopar: Falafel de ciurons amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Llom amb colfiflor gratinada / Fruita	Suggeriment de sopar: Indiot amb tomàtiga i patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pizzas / Fruita
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 17
FESTIU	CREMA D'ALBERGÍNIA	ESPAGUETIS AL PESTO (pasta integral)	CUINAT DE MONGETES BLANQUES (amb carabassa ecològica)	ARRÒS AMB VERDURES
	POLLASTRE ROSTIT	LLOM A LA PLANXA	HAMBURGUESA MIXTA	PITERA D'INDIOT A LA PLANXA
	PATATES "A LO POBRE"	ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, olives, nous i ou bullit)	ENSALADA DE TARDOR (lletuga ecològica, tomàtiga, ceba i nous)	AMB CUSCUS I VERDURES
	POMA	IOGURT NATURAL	SÍNDRIA	PERA
	Suggeriment de sopar: Ensalada i truita de patata i ceba / Fruita	Suggeriment de sopar: Ciurons amb arròs i espinacs / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta, truita amb porros / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i quesadilles variades / Fruita
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
CUINAT DE CIURONS (amb carabassa ecològica)	ENSALADA DE QUINOA (lletuga, tomàtiga xerry, olives negres, patanaga i quinoa)	ARRÒS A LA MILANESA	CREMA DE PORROS AMB FORMATGE PARMESÀ	TALLARINS AMB VERDURES I SALSA DE TOMÀTIGA
LLOM A LA PLANXA	ESTOFAT DE VEDELLA	TRUITA DE PATATES I CARABASSÍ	PITERA DE POLLASTRE AL FORN	INDIOT A LA PLANXA
PEBRES VERMELLS	AMB PATATES I PASTANAGA	ENSALADA DE CANONGES (canonges, iceberg, tomàtiga, pastanaga i olives)	AMB CEBA I XAMPINYONS	ENSALADA GREGA (fulles de roure, iceberg, olives negres, formatge tendre, orenga)
POMA	PERA	MELÓ	IOGURT NATURAL	SÍNDRIA
Suggeriment de sopar: Ensalada i truita de patata i ceba / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa i pollastre amb farina de ciurons i ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Ciurons amb verdures i patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i croquetes d'espinacs / Fruita	Suggeriment de sopar: Tortilles mexicanes de verdures y pollastre / Fruita
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
PURÉ DE PASTANAGÓ AMB LLENTIES	ARRÒS CINC DELICIES (porro, pastanaga, pèsols i xampinyons)	FIDEUÀ A LA CARBONARA	CUINAT DE MONGETES PINTADES AMB COL (carabassa ecològica)	SOPA DE BULLIT DE POLLASTRE AMB FIDEVI
SALSITXES MIXTES DE PORC I POLLASTRE	TRUITA DE PATATES	INDIOT A LA PLANXA	LLOM A LA PLANXA	BULLIT DE POLLASTRE (mongetes tendres, pastanaga, col i patates)
ENSALADA TROPICAL (lletugues variades, pinya i ametlles)	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, blat de les índies i olives negres)	AMB XAMPINYONS I PASTANAGA BABY	ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mesclum, iceberg, tomàtiga xerry)	IOGURT NATURAL
POMA	PERA	MELÓ	POMA	IOGURT NATURAL
Suggeriment de sopar: Pollastre pebres i pa / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuinat de lleties amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Ous a la planxa amb pebres i pa / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i llom amb arròs / Fruita