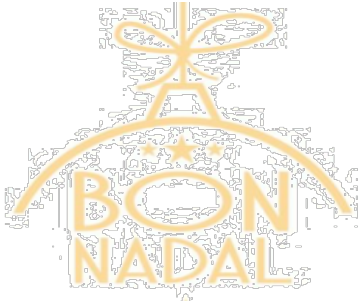


CEIPIEEM Son Serra

Menú SENSE LLENTIES mes de desembre de 2020

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, porros.

	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) TRUITA DE CARABASSÍ (3) ENSALADA DE TARDOR (fulles de roure, mesclum, tomàtiga, ceba morada i poma) (amb lletuga ecològica) POMA Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	TORTELLINI DE CARN AMB SALSACARBONARA (1,3,6,7) ORADA AL FORN (4) BRÒCOLI I PASTANAGA PERA Suggeriment de sopar: Ensalada variada i fruita de patata i ceba / Fruita	PURÉ D'ESPINACS HAMBURGUESA DE CARN MIXTA (6,7,12) MONGETES TENDRES I PATATA MELÓ Suggeriment de sopar: Espirals de pèsols amb verdures saltejades / Fruita	ARRÒS AMB SALSADETOMÀTIGA I OU (3) LLUÇ A LA MARINERA (2,4,14) CUSCÚS AMB BLAT DE LES ÍNDIES I PASTANAGA (1) IOGURT (7) Suggeriment de sopar: Tortilles mexicanes de verdures i pollastre / Fruita
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
FESTIU	FESTIU	MACARRONS A LA NAPOLITANA(1,3) TRUITA A LA FRANCESA (3) ENSALADA AMB TONYINA (lletugues variades, ceba, tomàtiga, tonyina) (4) POMA Suggeriment de sopar: Llenguado enfarinat saltat de ceba, col i pastanaga / Fruita	CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) PITERA D'INDIOT AL FORN CEBA I XAMPNYONS PERA Suggeriment de sopar: Ensalada variada i fruita de patata i coliflor / Fruita	ENSALADA ORIENTAL (iceberg, espinacs, pastanaga, pollastre, soia) (6) LASANYA DE CARN MIXTA AMB SALSADETOMÀTIGA I BEXAMEL (1,2,3,6,7,8,9,10,11,13,14) IOGURT (7) Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb arròs i bròcoli / Fruita
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
ESPAGUETIS INTEGRALS AMB SALSADETONYINA (tomàtiga i tonyina) (1,3,4) TRUITA DE PATATA I CEBA (3) ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, mesclum, tomàtiga cherry, olives i germinats) (amb lletuga ecològica) POMA Suggeriment de sopar: Aguiat de calamarsets amb arròs i verdures / Fruita	SOPA DE POLLASTRE I VERDURES AMB MERAVELLA (1,3,9) PITERA DE POLLASTRE AMB CEBA CARAMELITZADA (12) CUSCÚS I COLIFLOR (1) PERA Suggeriment de sopar: Puré de verdures i raoles amb tomàtiga trempada / Fruita	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) LLUÇ AL FORN AMB PICADA (4) ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, blat de les índies i olives negres) MELÓ Suggeriment de sopar: Sopa i truita a la francesa amb xampinyons / Fruita	CREMA DE CARABASSÍ (7) ESTOFAT DE VEDELLA PASTANAGA I PATATA POMA Suggeriment de sopar: Ensalada variada i lluç amb moniato/ Fruita	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) SALSITXES DE CARN MIXTA A LA PLANXA (6,7,12) PURÉ DE PATATA (7) IOGURT (7) Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita
DILLUNS 21	DIMARTS 22			
CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) TRUITA DE PATATA I CEBA (3) ENSALADA GREGA (fulles de roure, mesclum, olives negres, formatge tendre, orenga) (7) POMA Suggeriment de sopar: Bacallà amb pebres, tomàtiga i cuscús / Fruita	ENSALADA DE PASTA AMB TOMÀTIGA, OU I MOZZARELLA (1,3,7) NUGGETS DE POLLASTRE (1,3) PATATES ROSTIDES IOGURT (7) Suggeriment de sopar: Ensalada variada i quiche / Fruita			

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Cereals amb gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Diòx. de sofre i sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscs

Línea de producció diferenciada.