



CEIP IEEM SON

Menú DIABETIS mes d'abril de 2021

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.

*Es productes ecològics d'aquest mes són: carabassa, ciurons, lletuga.*

DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
MACARRONS INTEGRALS AMB SALS DE TONYINA (Pasta 45g cru = 150g cuita = 3R Total Plat amb salsa 4 R)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (Llegum 40g cru = 100g cuita = 2R - Patata 50g = 1R - Plat 3R)	ENSALADA CESAR (lletuga, pollastre, pomesà, crostons de pa) (Pa 15g 1 R)	ARRÒS AMB SALS DE TOMÀTIGA I OU BULLIT (Arròs 45g cru = 105g cuinat = 3R - Total Plat 3,5 R)	PURÉ DE VERDURES I LLEGUMS (Llegum 40g cru = 100g cuita = 2R - Patata 50g = 1R - Plat 3R)
LLIBRET D'INDIOT (1 R)	LLENGUADO AL FORN AMB SALS MARINERA	AGUIAT DE PILOTES DE CARN MIXTA	MEDALLONS DE LLUÇ A LA LLIMONA	TIRETES DE POLLASTRE AMB SALS DE CURRY
ENSALADA 4 ESTACIONS (lletuga, tomàtiga, pastanaga i remolatxa)	PASTANAGA I COLFLORI (1 R)	VERDURES I PATATA (Patata fregida o al forn 140g = 4R)	ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, mezclum, tomàtiga cherry, tonyina i germinats) (0,5 R)	PATATES BULLIDES (100g 2 R)
FRUITA DE TEMPORADA (1 R)	FRUITA DE TEMPORADA (1 R)	FRUITA DE TEMPORADA (1 R)	FRUITA DE TEMPORADA (1 R)	IOGURT (0,5 R)
<b>6 R</b> 60 g	<b>5 R</b> 50 g	<b>6 R</b> 50 g	<b>5 R</b> 50 g	<b>5,5 R</b> 55 g
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
CUINAT DE MONGETES PINTADES (Llegum 40g cru = 100g cuita = 2R - Patata 50g = 1R - Plat 3R)	PURÉ DE CARABASSA I LLEGUMS (Llegum 40g cru = 100g cuita = 2R - Patata 50g = 1R - Plat 3R)	ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, pèsols i blat de les índies <b>3-4 granets</b> ) (Arròs 45g cru = 105g cuinat = 3R - Total Plat 3,5 R)	TORTELLINI DE FORMATGE AMB SALS DE TOMÀTIGA (Pasta 45g cru = 150g cuita = 3R Total Plat amb salsa 4 R)	PURÉ DE CARABASSA I LLEGUMS (Llegum 40g cru = 100g cuita = 2R - Patata 50g = 1R - Plat 3R)
TRUITA A LA FRANCESA	LLUÇ A LA PLANXA	SALSITXES FRESQUES DE PORC	SALMÓ AMB PISTO DE VERDURES	FINGERS DE POLLASTRE (1 R)
ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mezclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (0,5 R)	MONGETES TENDRES I XAMPINYONS (0,5 R)	ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives, nous i ou bullit) (0,5 R)	MINESTRA DE VERDURES (0,5 R)	ENSALADA GREGA (fulles de roure, iceberg, olives negres, formatge tendre, orenga) (1 R)
FRUITA DE TEMPORADA (1 R)	FRUITA DE TEMPORADA (1 R)	FRUITA DE TEMPORADA (1 R)	FRUITA DE TEMPORADA (1 R)	IOGURT (0,5 R)
<b>Afegir 20g de Pa 1R - 5,5 R</b> 55 g	<b>Afegir 20g de Pa 1R - 5,5 R</b> 55 g	<b>5 R</b> 50 g	<b>5,5 R</b> 55 g	<b>5,5 R</b> 55 g
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
TALLARINS A LA BOLONYESA (Pasta 45g cru = 150g cuita = 3R Total Plat amb salsa 4 R)	CUINAT DE LLENTIES (Llegum 40g cru = 100g cuita = 2R - Patata 50g = 1R - Plat 3R)	ENSALADA DE PASTA TRICOLOR AMB TOMÀTIGA CHERRY, TONYINA I OLIVES (Pasta 60g cru = 200g cuita = 4R)	PURÉ DE PORROS AMB FORMATGE I CROSTONS (Patata 75g = 1,5R - Làctic 0,5R - Crostons 15g 1 R - Plat 3R)	CIURONS TREMPATS AMB PATATA, MONGETA TENDRA, PASTANAGA I OU (Llegum 40g cru = 100g cuita = 2R - Patata 100g = 2R - Plat 4R)
ORADA AL FORN	TRUITA DE PATATES I CARABASSÍ (Patata fregida o al forn = 75 = 2 R)	LLUÇ AMB PICADA D'ALL I JULIVERT	RODÓ DE VEDELLA	RUSTIT DE POLLASTRE
MINESTRA DE VERDURES (0,5 R)	ENSALADA CAPRESE (mezclum, tomàtiga, alfabaguera, formatge tendre i olives negres) (0,5 R)	BRÒQUIL I PASTANAGA (0,5 R)	SALS DE VERDURES I ARRÒS (30g en cru = 70g cuinat 2R - Plat 2,5R)	ENSALADA DE TARDOR (fulles de roure, mezclum, tomàtiga, ceba morada i <b>poma 50g</b> ) (0,5 R)
FRUITA DE TEMPORADA (1 R)	FRUITA DE TEMPORADA (1 R)	FRUITA DE TEMPORADA (1 R)	FRUITA DE TEMPORADA (1 R)	IOGURT (0,5 R)
<b>5,5 R</b> 55 g	<b>6,5 R</b> 65 g	<b>5,5 R</b> 55 g	<b>6,5 R</b> 65 g	<b>5 R</b> 50 g

POMA 100 g  
PERA 100 g  
MELÓ 200 g  
RAÍM 50 g  
MADUIXES 200 g



**CEIP IEEM SON SERRA**

**Menú General mes d'abril de 2021**

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.*

DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
MACARRONS INTEGRALS AMB SALS DE TONYINA (ceba, pebre vermell, tomàtiga) (1,3,4)  LLIBRETS D'INDIOT (1,3,7)  ENSALADA 4 ESTACIONS (lletuga, tomàtiga, pastanaga i remolatxa)  PERA <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita</i>	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) (1)  LLENGUADO AL FORN AMB SALS MARINERA (1,2,4,14)  PASTANAGA I COLFLORI  POMA <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Sopa de pasta i fruita a la francesa amb ensalada / Fruita</i>	ENSALADA CESAR (lletuga, pollastre, parmesà, crostons de pa) (1,4,7)  AGUIAT DE PILOTES DE CARN MIXTA (1,6,7,12)  VERDURES I PATATA  MELÓ <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Ciurons saltats amb verdures i cuscús / Fruita</i>	ARRÒS AMB SALS DE TOMÀTIGA I OU BULLIT (3)  MEDALLONS DE LLUÇ A LA LLIMONA (4)  ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, mezclum, tomàtiga cherry, tonyina i germinats) (4,6)  RAÏM <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Pizzetes d'auberginia i carabassa / Fruita</i>	PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA I CIURONS (ecològics)  PITERA DE POLLASTRE AMB SALS DE CURRY (7)  PATATES BULLIDES  IOGURT (7) <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Salmó a la planxa amb ensalada d'arròs / Fruita</i>
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
CUINAT DE MONGETES PINTADES (carabassa ecològica)  TRUITA A LA FRANCESA (3)  ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mesclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (4)  POMA <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Aguiat de calamarsets amb verdures i arròs / Fruita</i>	PURÉ DE CARABASSA I LLEGUMS (amb carabassa ecològica)  LLUÇ A LA PLANXA (4)  MONGETES TENDRES I XAMPINYONS  MELÓ <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Puré de verdures i indiots a la planxa amb ensalada / Fruita</i>	ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, pèsols i blat de les índies)  SALSITXES FRESQUES DE PORC (6,7,12)  ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives, nous i ou bullit) (3,8)  RAÏM <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita</i>	TORTELLINI DE CARN AMB SALS DE TOMÀTIGA (1,3,6,7)  SALMÓ AMB PISTO DE VERDURES (4)  MINESTRA DE VERDURES  PERA <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita</i>	FIDEUS PAGESOS (mongeta tendre i carxofa) (1,3)  FINGERS DE POLLASTRE (1,3)  ENSALADA GREGA (fulles de roure, iceberg, olives negres, formatge tendre, orenga) (7)  IOGURT (7) <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Pizza casolana variada / Fruita</i>
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
TALLARINS A LA BOLONYESA (1,3)  ORADA AL FORN (4)  MINESTRA DE VERDURES  RAÏM <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Croquetes de ciurons amb ensalada i crostons / Fruita</i>	CUINAT DE LLENTIES (amb carabassa ecològica) (1)  TRUITA DE PATATES I CARABASSÍ (3)  ENSALADA CAPRESE (mesclum, tomàtiga, alfabetgera, formatge tendre i olives negres)  MADUIXES <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Puré de carabassa i indiots amb pebres / Fruita</i>	ENSALADA DE PASTA TRICOLOR AMB TOMÀTIGA CHERRY, TONYINA I OLIVES (1,3,4)  LLUÇ AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)  BRÒQUIL I PASTANAGA  POMA <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Pèsols saltats amb alls tendres, pernil i cuscús / Fruita</i>	PURÉ DE PORROS AMB FORMATGE I CROSTONS (1,7) (amb porro ecològic)  RODÓ DE VEDELLA  SALS DE VERDURES I ARRÒS  MELÓ <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Sopa de pasta i seitons enfarinats amb ensalada / Fruita</i>	CIURONS TREMPATS AMB PATATA, MONGETA TENDRE, PASTANAGA I OU (3)  RUSTIT DE POLLASTRE  ENSALADA DE TARDOR (fulles de roure, mezclum, tomàtiga, ceba morada i poma)  IOGURT (7) <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Pasta filo amb verdures, salsa de tomàtiga i formatge / Fruita</i>

**Llegenda d'al·lèrgens presents:**

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos



CEIP IEEM SON SERRA

Menú SENSE FRUITA SECA AMB CLOSCA mes d'abril de 2021

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 pressió en fred.

*Els productes ecològics d'aquest mes són: carabassa, ciurons, lletuga.*

DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
MACARRONS INTEGRALS AMB SALS DE TONYINA (ceba, pebre vermell, tomàtiga) (1,3,4)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) (1)	ENSALADA CESAR (lletuga, pollastre, parmesà, crostons de pa) (1,4,7)	ARRÒS AMB SALS DE TOMÀTIGA I OU BULLIT (3)	PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA I CIURONS (ecològics)
LLIBRETS D'INDIOT (1,3,7)	LLENGUADO AL FORN AMB SALS MARINERA (1,2,4,14)	AGUIAT DE PILOTES DE CARN MIXTA (1,6,7,12)	MEDALLONS DE LLUÇ A LA LLIMONA (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB SALS DE CURRY (7)
ENSALADA 4 ESTACIONS (lletuga, tomàtiga, pastanaga i remolatxa)	PASTANAGA I COLFLORI	VERDURES I PATATA	ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, mezclum, tomàtiga cherry, tonyina i germinats) (4,6)	PATATES BULLIDES
PERA	POMA	MELÓ	RAÏM	IOGURT (7)
<b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita</i>	<b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Sopa de pasta i fruita a la francesa amb ensalada / Fruita</i>	<b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Ciurons saltats amb verdures i cuscús / Fruita</i>	<b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Pizzetes d'auferginia i carabassa / Fruita</i>	<b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Salmó a la planxa amb ensalada d'arròs / Fruita</i>
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
CUINAT DE MONGETES PINTADES (carabassa ecològica)	PURÉ DE CARABASSA I LLEGUMS (amb carabassa ecològica)	ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, pèsols i blat de les índies)	TORTELLINI DE CARN AMB SALS DE TOMÀTIGA (1,3,6,7)	FIDEUS PAGESOS (mongeta tendre i carxofa) (1,3)
TRUITA A LA FRANCESA (3)	LLUÇ A LA PLANXA (4)	SALSITXES FRESQUES DE PORC (6,7,12)	SALMÓ AMB PISTO DE VERDURES (4)	NUGGETS DE POLLASTRE (1,3)
ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mezclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (4)	MONGETES TENDRES I XAMPINYONS	<b>ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives i ou bullit) (3)</b>	MINESTRA DE VERDURES	ENSALADA GREGA (fulles de roure, iceberg, olives negres, formatge tendre, orenga) (7)
POMA	MELÓ	RAÏM	PERA	IOGURT (7)
<b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Aguiat de calamarsets amb verdures i arròs / Fruita</i>	<b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Puré de verdures i indiots a la planxa amb ensalada / Fruita</i>	<b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita</i>	<b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Ensalada variada i fruita de patata i ceba / Fruita</i>	<b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Pizza casolana variada / Fruita</i>
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
TALLARINS A LA BOLONYESA (1,3)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) (1)	ENSALADA DE PASTA TRICOLOR AMB TOMÀTIGA CHERRY, TONYINA I OLIVES (1,3,4)	PURÉ DE PORROS AMB FORMATGE I CROSTONS (1,7) (amb porro ecològic)	CIURONS TREMPATS AMB PATATA, MONGETA TENDRE, PASTANAGA I OU (3)
ORADA AL FORN (4)	TRUITA DE PATATES I CARABASSÍ (3)	LLUÇ AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)	RODÓ DE VEDELLA	RUSTIT DE POLLASTRE
MINESTRA DE VERDURES	ENSALADA CAPRESE (mezclum, tomàtiga, alfabaguera, formatge tendre i olives negres) (7)	BRÒQUIL I PASTANAGA	SALS DE VERDURES I ARRÒS	ENSALADA DE TARDOR (fulles de roure, mezclum, tomàtiga, ceba morada i poma)
RAÏM	MADUIXES	POMA	MELÓ	IOGURT (7)
<b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Croquetes de ciurons amb ensalada amb crostons / Fruita</i>	<b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Puré de carabassa i indiots amb pebres / Fruita</i>	<b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Pèsols saltats amb alls tendres, pernil i cuscús / Fruita</i>	<b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Sopa de pasta i seitons enfarinats amb ensalada / Fruita</i>	<b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Pasta filo amb verdures, salsa de tomàtiga i formatge / Fruita</i>

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos



CEIP IEEM SON SERRA

Menú SENSE GLUTEN mes d'abril de 2021

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.*

DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOURS 15	DIVENDRES 16
<p><b>MACARRONS Sense gluten AMB SALSA DE TONYINA (ceba, pebre vermell, tomàtiga) (4)</b></p> <p><b>INDIOT ARREBOSSAT (amb farina de blat de les índies) (3)</b></p> <p>ENSALADA 4 ESTACIONS (lletuga, tomàtiga, pastanaga i remolatxa)</p> <p>PERA</p> <p><b>Suggeriment de sopar:</b> Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita</p>	<p><b>CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)</b></p> <p><b>LLENGUADO AL FORN AMB SALSA MARINERA (2,4,14) (Sense gluten)</b></p> <p>PASTANAGA I COLFLORI</p> <p>POMA</p> <p><b>Suggeriment de sopar:</b> Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita</p>	<p>ENSALADA CESAR (lletuga, pollastre, parmesà, <b>crostons de pa sense gluten</b>) (4,7)</p> <p><b>AGUIAT DE PILOTES DE CARN DE PORC CASOLANES</b></p> <p><b>VERDURES I PATATA</b></p> <p>MELÓ</p> <p><b>Suggeriment de sopar:</b> Ciurons saltats amb verdures i quínoa / Fruita</p>	<p>ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA I OU BULLIT (3)</p> <p>MEDALLONS DE LLUÇ A LA LLIMONA (4)</p> <p>ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, mezclum, tomàtiga cherry, tonyina i germinats) (4,6)</p> <p>RAÏM</p> <p><b>Suggeriment de sopar:</b> Pizzetes d'aunderginia i carabassa / Fruita</p>	<p><b>PURÉ DE CARABASSÍ</b></p> <p>TIRETES DE POLLASTRE AMB SALSA DE CURRY (7)</p> <p>PATATES BULLIDES</p> <p>IOGURT (7)</p> <p><b>Suggeriment de sopar:</b> Salmó a la planxa amb ensalada d'arròs / Fruita</p>
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOURS 22	DIVENDRES 23
<p>CUINAT DE MONGETES PINTADES (carabassa ecològica)</p> <p>TRUITA A LA FRANCESA (3)</p> <p>ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mezclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (4)</p> <p>POMA</p> <p><b>Suggeriment de sopar:</b> Aguiat de calamarsets amb verdures i arròs / Fruita</p>	<p><b>PURÉ DE CARABASSA</b></p> <p>LLUÇ A LA PLANXA (4)</p> <p>MONGETES TENDRES I XAMPINYONS</p> <p>MELÓ</p> <p><b>Suggeriment de sopar:</b> Puré de verdures i indiots a la planxa amb ensalada / Fruita</p>	<p>ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, pèsols i blat de les índies)</p> <p>SALSITXES FRESQUES DE PORC (6,7,12)</p> <p>ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives, nous i ou bullit) (3,8)</p> <p>RAÏM</p> <p><b>Suggeriment de sopar:</b> Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita</p>	<p><b>PASTA sense gluten AMB SALSA DE TOMÀTIGA</b></p> <p>SALMÓ AMB PISTO DE VERDURES (4)</p> <p>MINESTRA DE VERDURES</p> <p>PERA</p> <p><b>Suggeriment de sopar:</b> Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita</p>	<p><b>FIDEUS PAGESOS (mongeta tendre i carxofa) (Sense gluten)</b></p> <p><b>POLLASTRE ENFARINAT (amb farina de blat de les índies)</b></p> <p>ENSALADA GREGA (fulles de roure, iceberg, olives negres, formatge tendre, orenga) (7)</p> <p>IOGURT (7)</p> <p><b>Suggeriment de sopar:</b> Pizza casolana variada / Fruita</p>
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOURS 29	DIVENDRES 30
<p><b>PASTA Sense gluten A LA NAPOLITANA (7)</b></p> <p>ORADA AL FORN (4)</p> <p>MINESTRA DE VERDURES</p> <p>RAÏM</p> <p><b>Suggeriment de sopar:</b> Croquetes de ciurons amb ensalada amb crostons / Fruita</p>	<p><b>PURÉ DE PORROS</b></p> <p>TRUITA DE PATATES I CARABASSÍ (3)</p> <p>ENSALADA CAPRESE (mezclum, tomàtiga, alfabaguera, formatge tendre i olives negres) (7)</p> <p>MADUIXES</p> <p><b>Suggeriment de sopar:</b> Puré de carabassa i indiots amb pebres / Fruita</p>	<p><b>ENSALADA DE PASTA Sense gluten AMB TOMÀTIGA CHERRY I TONYINA I OLIVES (4)</b></p> <p>LLUÇ AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)</p> <p>BRÒQUIL I PASTANAGA</p> <p>POMA</p> <p><b>Suggeriment de sopar:</b> Pèsols saltats amb alls tendres, pernil i cuscús / Fruita</p>	<p>PURÉ DE PORROS AMB FORMATGE I <b>CROSTONS Sense gluten</b> (7) (amb porro ecològic)</p> <p>RODÓ DE VEDELLA</p> <p>SALSA DE VERDURES I ARRÒS</p> <p>MELÓ</p> <p><b>Suggeriment de sopar:</b> Sopa de pasta i seitons enfarinats amb ensalada / Fruita</p>	<p>CIURONS TREMPATS AMB PATATA, MONGETA TENDRE, PASTANAGA I OU (3)</p> <p>RUSTIT DE POLLASTRE</p> <p>ENSALADA DE TARDOR (fulles de roure, mezclum, tomàtiga, ceba morada i poma)</p> <p>IOGURT (7)</p> <p><b>Suggeriment de sopar:</b> Amaranto amb verdures, salsa de tomàtiga i formatge / Fruita</p>

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

CARACTERÍSTIQUES DEL MENÚ:

Pa, Pasta, Farines, Bases de pizza, Derivats Càrnics, Làctics, Llegums, Espicis: Sense Gluten.  
Arrebossats amb farina Sense Gluten.



CEIP IEEM SON SERRA

Menú SENSE LLENTIES mes d'abril de 2021

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.*

DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
MACARRONS INTEGRALS AMB SALS DE TONYINA (ceba, pebre vermell, tomàtiga) (1,3,4)	<b>PURÉ DE PORROS</b>	ENSALADA CESAR (lletuga, pollastre, parmesà, crostons de pa) (1,4,7)	ARRÒS AMB SALS DE TOMÀTIGA I OU BULLIT (3)	PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA I CIURONS (ecològics)
LLIBRETS D'INDIOT (1,3,7)	LLENGUADO AL FORN AMB SALS MARINERA (1,2,4,14)	AGUIAT DE PILOTES DE CARN MIXTA (1,6,7,12)	MEDALLONS DE LLUÇ A LA LLIMONA (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB SALS DE CURRY (7)
ENSALADA 4 ESTACIONS (lletuga, tomàtiga, pastanaga i remolatxa)	PASTANAGA I COLFLORI	VERDURES I PATATA	ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, mezclum, tomàtiga cherry, tonyina i germinats) (4,6)	PATATES BULLIDES
PERA	POMA	MELÓ	RAÏM	IOGURT (7)
<b>Suggeriment de sopar:</b> Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita	<b>Suggeriment de sopar:</b> Sopa de pasta i fruita a la francesa amb ensalada / Fruita	<b>Suggeriment de sopar:</b> Ciurons saltats amb verdures i cuscús / Fruita	<b>Suggeriment de sopar:</b> Pizzetes d'auferginia i carabassa / Fruita	<b>Suggeriment de sopar:</b> Salmó a la planxa amb ensalada d'arròs / Fruita
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
CUINAT DE MONGETES PINTADES (carabassa ecològica)	<b>PURÉ DE CARABASSA</b>	ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, pèsols i blat de les índies)	TORTELLINI DE CARN AMB SALS DE TOMÀTIGA (1,3,6,7)	FIDEUS PAGESOS (mongeta tendre i carxofa) (1,3)
TRUITA A LA FRANCESA (3)	LLUÇ A LA PLANXA (4)	SALSITXES FRESQUES DE PORC (6,7,12)	SALMÓ AMB PISTO DE VERDURES (4)	FINGERS DE POLLASTRE (1,3)
ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mesclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (4)	MONGETES TENDRES I XAMPINYONS	ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives, nous i ou bullit) (3,8)	MINESTRA DE VERDURES	ENSALADA GREGA (fulles de roure, iceberg, olives negres, formatge tendre, orenga) (7)
POMA	MELÓ	RAÏM	PERA	IOGURT (7)
<b>Suggeriment de sopar:</b> Aguiat de calamarsets amb verdures i arròs / Fruita	<b>Suggeriment de sopar:</b> Puré de verdures i indiots a la planxa amb ensalada / Fruita	<b>Suggeriment de sopar:</b> Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita	<b>Suggeriment de sopar:</b> Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita	<b>Suggeriment de sopar:</b> Pizza casolana variada / Fruita
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
TALLARINS A LA BOLONYESA (1,3)	<b>PURÉ DE PORROS</b>	ENSALADA DE PASTA TRICOLOR AMB TOMÀTIGA CHERRY, TONYINA I OLIVES (1,3,4)	PURÉ DE PORROS AMB FORMATGE I CROSTONS (1,7) (amb porro ecològic)	CIURONS TREMPATS AMB PATATA, MONGETA TENDRE, PASTANAGA I OU (3)
ORADA AL FORN (4)	TRUITA DE PATATES I CARABASSÍ (3)	LLUÇ AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)	RODÓ DE VEDELLA	RUSTIT DE POLLASTRE
MINESTRA DE VERDURES	ENSALADA CAPRESE (mesclum, tomàtiga, alfabaguera, formatge tendre i olives negres)	BRÒQUIL I PASTANAGA	SALS DE VERDURES I ARRÒS	ENSALADA DE TARDOR (fulles de roure, mezclum, tomàtiga, ceba morada i poma)
RAÏM	MADUIXES	POMA	MELÓ	IOGURT (7)
<b>Suggeriment de sopar:</b> Croquetes de ciurons amb ensalada i crostons / Fruita	<b>Suggeriment de sopar:</b> Puré de carabassa i indiots amb pebres / Fruita	<b>Suggeriment de sopar:</b> Pèsols saltats amb alls tendres, pernil i cuscús / Fruita	<b>Suggeriment de sopar:</b> Sopa de pasta i seitons enfarinats amb ensalada / Fruita	<b>Suggeriment de sopar:</b> Pasta filo amb verdures, salsa de tomàtiga i formatge / Fruita

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: 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: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos



**CEIP IEEM SON SERRA Menú SENSE LLET (inclosa LACTOSA) ni FRUITA SECA AMB CLOSCA mes d'abril de 2021**

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.*

DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
MACARRONS INTEGRALS AMB SALS DE TONYINA (ceba, pebre vermell, tomàtiga) (1,3,4) <b>INDIOT ARREBOSSAT (amb farina de blat de les índies) (3)</b> ENSALADA 4 ESTACIONS (lletuga, tomàtiga, pastanaga i remolatxa) PERA <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita</i>	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) (1) LLENGUADO AL FORN AMB SALS MARINERA (1,2,4,14) PASTANAGA I COLFLORI POMA <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita</i>	<b>ENSALADA tipus CESAR (lletuga, pollastre, crostons de pa) (1)</b> <b>AGUIAT DE PILOTS DE CARN DE PORC CASOLANES</b> <b>VERDURES I PATATA</b> MELÓ <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Ciurons saltats amb verdures i cuscús / Fruita</i>	ARRÒS AMB SALS DE TOMÀTIGA I OU BULLIT (3) MEDALLONS DE LLUÇ A LA LLIMONA (4) ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, mezclum, tomàtiga cherry, tonyina i germinats) (4,6) RAÏM <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Conill a l'allet amb pisto de verdures i pa / Fruita</i>	<b>PURÉ DE VERDURES I LLEGUMS (amb ciurons ecològics) (sense Làctics)</b> <b>PITERA DE POLLASTRE AMB CEBA</b> PATATES BULLIDES <b>FRUITA DE TEMPORADA</b> <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Salmó a la planxa amb ensalada d'arròs / Fruita</i>
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
CUINAT DE MONGETES PINTADES (carabassa ecològica) TRUITA A LA FRANCESA (3) ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mezclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (4) POMA <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Aguiat de calamarsets amb verdures i arròs / Fruita</i>	<b>PURÉ DE CARABASSA I LLEGUMS (amb carabassa ecològica) (sense Làctics)</b> LLUÇ A LA PLANXA (4) MONGETES TENDRES I XAMPINYONS MELÓ <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Puré de verdures i indiot a la planxa amb ensalada / Fruita</i>	ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, pèsols i blat de les índies) <b>POLLASTRE A LA PLANXA</b> <b>ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives i ou bullit) (3)</b> RAÏM <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita</i>	<b>PASTA AMB SALS DE TOMÀTIGA (1,3)</b> SALMÓ AMB PISTO DE VERDURES (4) MINISTRA DE VERDURES PERA <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita</i>	FIDEUS PAGESOS (mongeta tendre i carxofa) (1,3) FINGERS DE POLLASTRE (1,3) <b>ENSALADA (fulles de roure, iceberg, olives negres, orenga)</b> <b>FRUITA DE TEMPORADA</b> <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Pizza casolana variada amb mozzarella de soja / Fruita</i>
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
<b>TALLARINS A LA NAPOLITANA (1,3)</b> ORADA AL FORN (4) MINISTRA DE VERDURES RAÏM <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Croquetes de ciurons amb ensalada amb crostons / Fruita</i>	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) (1) TRUITA DE PATATES I CARABASSÍ (3) <b>ENSALADA (mezclum, tomàtiga, alfabaguera i olives negres)</b> MADUIXES <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Puré de carabassa i indiot amb pebres / Fruita</i>	ENSALADA DE PASTA TRICOLOR AMB TOMÀTIGA CHERRY, TONYINA I OLIVES (1,3,4) LLUÇ AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) BRÒQUIL I PASTANAGA POMA <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Pèsols saltats amb alls tendres, pernil i cuscús / Fruita</i>	<b>PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS (1) (amb porro ecològic) (sense làctics)</b> RODÓ DE VEDELLA SALS DE VERDURES I ARRÒS MELÓ <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Sopa de pasta i seitons enfarinats amb ensalada /</i>	CIURONS TREMPATS AMB PATATA, MONGETA TENDRE, PASTANAGA I OU (3) RUSTIT DE POLLASTRE ENSALADA DE TARDOR (fulles de roure, mezclum, tomàtiga, ceba morada i poma) <b>FRUITA DE TEMPORADA</b> <b>Suggeriment de sopar:</b> <i>Pasta filo amb verdures, salsa de tomàtiga i mozzarella de</i>

**Llegenda d'al·lèrgens presents:**

1: 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: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

**CARACTERÍSTIQUES DEL MENÚ:**

Crems de verdures, Puré de patata, Derivats càrnics (embotits, hamburguesa, salsitxes, pilotes): Sense proteïna de Llet ni Lactosa. Sense llet, mantega, formatge



CEIP IEEM SON SERRA

Menú SENSE LACTOSA mes d'abril de 2021

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.*

DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
MACARRONS INTEGRALS AMB SALS DE TONYINA (ceba, pebre vermell, tomàtiga) (1,3,4) <b>INDIOT ARREBOSSAT (amb farina de blat de les índies) (3)</b> ENSALADA 4 ESTACIONS (lletuga, tomàtiga, pastanaga i remolatxa) PERA <b>Suggeriment de sopar:</b> Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) (1) LLENGUADO AL FORN AMB SALS MARINERA (1,2,4,14) PASTANAGA I COLFLORI POMA <b>Suggeriment de sopar:</b> Sopa de pasta i fruita a la francesa amb ensalada / Fruita	<b>ENSALADA tipus CESAR (lletuga, pollastre, crostons de pa) (1)</b> <b>AGUIAT DE PILOTES DE CARN DE PORC CASOLANES</b> <b>VERDURES I PATATA</b> MELÓ <b>Suggeriment de sopar:</b> Ciurons saltats amb verdures i cuscús / Fruita	ARRÒS AMB SALS DE TOMÀTIGA I OU BULLIT (3) MEDALLONS DE LLUÇ A LA LLIMONA (4) ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, mezclum, tomàtiga cherry, tonyina i germinats) (4,6) RAÏM <b>Suggeriment de sopar:</b> Conill a l'allet amb pisto de verdures i pa / Fruita	<b>PURÉ DE VERDURES I LLEGUMS (amb ciurons ecològics) (sense Làctics)</b> <b>PITERA DE POLLASTRE AMB CEBA</b> PATATES BULLIDES <b>IOGURT Sense Lactosa (7)</b> <b>Suggeriment de sopar:</b> Salmó a la planxa amb ensalada d'arròs / Fruita
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
CUINAT DE MONGETES PINTADES (carabassa ecològica) TRUITA A LA FRANCESA (3) ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mezclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (4) POMA <b>Suggeriment de sopar:</b> Aguiat de calamarsets amb verdures i arròs / Fruita	<b>PURÉ DE CARABASSA I LLEGUMS (amb carabassa ecològica) (sense Làctics)</b> LLUÇ A LA PLANXA (4) MONGETES TENDRES I XAMPINYONS MELÓ <b>Suggeriment de sopar:</b> Puré de verdures i indiot a la planxa amb ensalada / Fruita	ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, pèsols i blat de les índies) <b>POLLASTRE A LA PLANXA</b> ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives, nous i ou bullit) (3,8) RAÏM <b>Suggeriment de sopar:</b> Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita	<b>PASTA AMB SALS DE TOMÀTIGA (1,3)</b> SALMÓ AMB PISTO DE VERDURES (4) MINISTRA DE VERDURES PERA <b>Suggeriment de sopar:</b> Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita	FIDEUS PAGESOS (mongeta tendre i carxofa) (1,3) FINGERS DE POLLASTRE (1,3) <b>ENSALADA (fulles de roure, iceberg, olives negres, orenga)</b> <b>IOGURT Sense Lactosa (7)</b> <b>Suggeriment de sopar:</b> Pizza casolana variada amb mozzarella de soia / Fruita
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
<b>TALLARINS A LA NAPOLITANA (1,3)</b> ORADA AL FORN (4) MINISTRA DE VERDURES RAÏM <b>Suggeriment de sopar:</b> Croquetes de ciurons amb ensalada amb crostons / Fruita	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) (1) TRUITA DE PATATES I CARABASSÍ (3) <b>ENSALADA (mezclum, tomàtiga, alfabetuera i olives negres)</b> MADUIXES <b>Suggeriment de sopar:</b> Puré de carabassa i indiot amb pebres / Fruita	ENSALADA DE PASTA TRICOLOR AMB TOMÀTIGA CHERRY, TONYINA I OLIVES (1,3,4) LLUÇ AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) BRÒQUIL I PASTANAGA POMA <b>Suggeriment de sopar:</b> Pèsols saltats amb alls tendres, pernil i cuscús / Fruita	<b>PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS (1) (amb porro ecològic) (sense làctics)</b> RODÓ DE VEDELLA SALS DE VERDURES I ARRÒS MELÓ <b>Suggeriment de sopar:</b> Sopa de pasta i seitons enfarinats amb ensalada /	CIURONS TREMPATS AMB PATATA, MONGETA TENDRE, PASTANAGA I OU (3) RUSTIT DE POLLASTRE ENSALADA DE TARDOR (fulles de roure, mezclum, tomàtiga, ceba morada i poma) <b>IOGURT Sense Lactosa (7)</b> <b>Suggeriment de sopar:</b> Pasta filo amb verdures, salsa de tomàtiga i mozzarella de

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

CARACTERÍSTIQUES DEL MENÚ:

Cremes de verdures, Puré de patata, Derivats càrnics (embotits, hamburguesa, salsitxes, pilotes): Sense proteïna de Llet ni Lactosa. IOGURT SENSE LACTOSA



**CEIP IEEM SON SERRA Menú SENSE LACTOSA ni FLATULENTS mes d'abril de 2021**

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 pressió en fred.

*Els productes ecològics d'aquest mes són: carabassa, ciurons, lletuga.*

DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
MACARRONS INTEGRALS AMB SALS DE TONYINA (ceba, pebre vermell, tomàtiga) (1,3,4) <b>INDIOT ARREBOSSAT (amb farina de blat de les índies) (3)</b> ENSALADA 4 ESTACIONS (lletuga, tomàtiga, pastanaga i remolatxa) PERA <b>Suggeriment de sopar:</b> Pollastre amb arròs i verdures / Fruïta	<b>PURÉ DE PORROS</b> LLENGUADO AL FORN AMB SALS MARINERA (1,2,4,14) <b>PASTANAGA</b> POMA <b>Suggeriment de sopar:</b> Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruïta	<b>ENSALADA tipus CESAR (lletuga, pollastre, crostons de pa) (1)</b> <b>AGUIAT DE PILOTES DE CARN DE PORC CASOLANES</b> <b>VERDURES I PATATA</b> MELÓ <b>Suggeriment de sopar:</b> Pollastre saltat amb verdures i cuscús / Fruïta	ARRÒS AMB SALS DE TOMÀTIGA I OU BULLIT (3) MEDALLONS DE LLUÇ A LA LLIMONA (4) <b>ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, mezclum, tomàtiga cherry, tonyina) (4)</b> RAÏM <b>Suggeriment de sopar:</b> Pizzetes d'auferginia i carabassa / Fruïta	<b>PURÉ DE CARABASSÍ</b> <b>PITERA DE POLLASTRE AMB CEBA</b> PATATES BULLIDES <b>IOGURT Sense Lactosa (7)</b> <b>Suggeriment de sopar:</b> Salmó a la planxa amb ensalada d'arròs / Fruïta
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
<b>PURÉ DE PASTANAGA</b> TRUITA A LA FRANCESA (3) ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mezclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (4) POMA <b>Suggeriment de sopar:</b> Aguiat de calamarsets amb verdures i arròs / Fruïta	<b>PURÉ DE CARABASSA</b> LLUÇ A LA PLANXA (4) <b>XAMPINYONS</b> MELÓ <b>Suggeriment de sopar:</b> Puré de verdures i indiots a la planxa amb ensalada / Fruïta	<b>ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga i blat de les índies)</b> <b>POLLASTRE A LA PLANXA</b> ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives, nous i ou bullit) (3,8) RAÏM <b>Suggeriment de sopar:</b> Pollastre amb arròs i verdures / Fruïta	<b>PASTA AMB SALS DE TOMÀTIGA (1,3)</b> <b>SALMÓ AL FORN (4)</b> <b>CARABASSÍ AL FORN</b> PERA <b>Suggeriment de sopar:</b> Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruïta	<b>SOPA DE BROU DE CARN</b> FINGERS DE POLLASTRE (1,3) <b>ENSALADA (fulles de roure, iceberg, olives negres, orenga)</b> <b>IOGURT Sense Lactosa (7)</b> <b>Suggeriment de sopar:</b> Broqueta de rap amb verdures i patata / Fruïta
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
<b>TALLARINS A LA NAPOLITANA (1,3)</b> ORADA AL FORN (4) <b>CARABASSÍ AL FORN</b> RAÏM <b>Suggeriment de sopar:</b> Croquetes variades amb ensalada amb crostons / Fruïta	<b>PURÉ DE PORROS</b> TRUITA DE PATATES I CARABASSÍ (3) <b>ENSALADA (mezclum, tomàtiga, alfabetuera i olives negres)</b> MADUIXES <b>Suggeriment de sopar:</b> Sopa de pasta i indiots amb pebres / Fruïta	ENSALADA DE PASTA TRICOLOR AMB TOMÀTIGA CHERRY, TONYINA I OLIVES (1,3,4) LLUÇ AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) <b>PASTANAGA</b> POMA <b>Suggeriment de sopar:</b> Verdures saltades amb alls tendres, pernil i cuscús / Fruïta	<b>PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS (1) (amb porro ecològic) (sense làctics)</b> RODÓ DE VEDELLA SALS DE VERDURES I ARRÒS MELÓ <b>Suggeriment de sopar:</b> Sopa de pasta i seitons enfarinats amb ensalada /	<b>ENSALADA DE PATATA PASTANAGA I OU (3)</b> RUSTIT DE POLLASTRE ENSALADA DE TARDOR (fulles de roure, mezclum, tomàtiga, ceba morada i poma) <b>IOGURT Sense Lactosa (7)</b> <b>Suggeriment de sopar:</b> Pasta filo amb verdures, salsa de tomàtiga i formatge sense

**Llegenda d'al·lèrgens presents:**

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruïta Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

**CARACTERÍSTIQUES DEL MENÚ:**

Crems de verdures, Puré de patata, Derivats càrnics (embotits, hamburguesa, salsitxes, pilotes): Sense proteïna de Llet ni Lactosa. IOGURT SENSE LACTOSA

Menú sense Llegums, Brócoli, Carxofa, Coliflor, Pebres





**CEIP IEEM SON SERRA Menú SENSE LACTOSA, MONGETA BLANCA, PERA, TARONJA, d'abril de 2021**

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.*

DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
MACARRONS INTEGRALS AMB SALS DE TONYINA (ceba, pebre vermell, tomàtiga) (1,3,4) <b>INDIOT ARREBOSSAT (amb farina de blat de les índies) (3)</b> ENSALADA 4 ESTACIONS (lletuga, tomàtiga, pastanaga i remolatxa) PERA <b>Suggeriment de sopar:</b> Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) (1) LLENGUADO AL FORN AMB SALS MARINERA (1,2,4,14) PASTANAGA I COLFLORI <b>RAÏM</b> <b>Suggeriment de sopar:</b> Sopa de pasta i fruita a la francesa amb ensalada / Fruita	<b>ENSALADA tipus CESAR (lletuga, pollastre, crostons de pa) (1)</b> <b>AGUIAT DE PILOTES DE CARN DE PORC CASOLANES</b> <b>VERDURES I PATATA</b> MELÓ <b>Suggeriment de sopar:</b> Ciurons saltats amb verdures i cuscús / Fruita	ARRÒS AMB SALS DE TOMÀTIGA I OU BULLIT (3) MEDALLONS DE LLUÇ A LA LLIMONA (4) ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, mezclum, tomàtiga cherry, tonyina i germinats) (4,6) RAÏM <b>Suggeriment de sopar:</b> Conill a l'allet amb pisto de verdures i pa / Fruita	<b>PURÉ DE VERDURES I LLEGUMS (amb ciurons ecològics) (sense Làctics)</b> <b>PITERA DE POLLASTRE AMB CEBA</b> PATATES BULLIDES <b>IOGURT Sense Lactosa (7)</b> <b>Suggeriment de sopar:</b> Salmó a la planxa amb ensalada d'arròs / Fruita
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
CUINAT DE MONGETES PINTADES (carabassa ecològica) TRUITA A LA FRANCESA (3) ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mezclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (4) POMA <b>Suggeriment de sopar:</b> Aguiat de calamarsets amb verdures i arròs / Fruita	<b>PURÉ DE CARABASSA I LLEGUMS (amb carabassa ecològica) (sense Làctics)</b> LLUÇ A LA PLANXA (4) MONGETES TENDRES I XAMPINYONS MELÓ <b>Suggeriment de sopar:</b> Puré de verdures i indiots a la planxa amb ensalada / Fruita	ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, pèsols i blat de les índies) <b>POLLASTRE A LA PLANXA</b> ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives, nous i ou bullit) (3,8) RAÏM <b>Suggeriment de sopar:</b> Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita	<b>PASTA AMB SALS DE TOMÀTIGA (1,3)</b> SALMÓ AMB PISTO DE VERDURES (4) MINISTRA DE VERDURES <b>POMA</b> <b>Suggeriment de sopar:</b> Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita	FIDEUS PAGESOS (mongeta tendre i carxofa) (1,3) FINGERS DE POLLASTRE (1,3) <b>ENSALADA (fulles de roure, iceberg, olives negres, orenca)</b> <b>IOGURT Sense Lactosa (7)</b> <b>Suggeriment de sopar:</b> Pizza casolana variada amb mozzarella de soia / Fruita
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
<b>TALLARINS A LA NAPOLITANA (1,3)</b> ORADA AL FORN (4) MINISTRA DE VERDURES RAÏM <b>Suggeriment de sopar:</b> Croquetes de ciurons amb ensalada amb crostons / Fruita	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) (1) TRUITA DE PATATES I CARABASSÍ (3) <b>ENSALADA (mezclum, tomàtiga, alfabaguera i olives negres)</b> MADUIXES <b>Suggeriment de sopar:</b> Puré de carabassa i indiots amb pebres / Fruita	ENSALADA DE PASTA TRICOLOR AMB TOMÀTIGA CHERRY, TONYINA I OLIVES (1,3,4) LLUÇ AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) BRÒQUIL I PASTANAGA POMA <b>Suggeriment de sopar:</b> Pèsols saltats amb alls tendres, pernil i cuscús / Fruita	<b>PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS (1) (amb porro ecològic) (sense làctics)</b> RODÓ DE VEDELLA SALS DE VERDURES I ARRÒS MELÓ <b>Suggeriment de sopar:</b> Sopa de pasta i seitons enfarinats amb ensalada /	CIURONS TREMPATS AMB PATATA, MONGETA TENDRE, PASTANAGA I OU (3) RUSTIT DE POLLASTRE ENSALADA DE TARDOR (fulles de roure, mezclum, tomàtiga, ceba morada i poma) <b>IOGURT Sense Lactosa (7)</b> <b>Suggeriment de sopar:</b> Pasta filo amb verdures, salsa de tomàtiga i mozzarella de

**Llegenda d'al·lèrgens presents:**

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

**CARACTERÍSTIQUES DEL MENÚ:**

Cremes de verdures, Puré de patata, Derivats càrnics (embotits, hamburguesa, salsitxes, pilotes): Sense proteïna de Llet ni Lactosa. IOGURT SENSE LACTOSA