



CEIP **Menú DIAEBTIS mes juny 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.

DIMARTS	1	DIMECRES	2	DIJOUS	3	DIVENDRES	4		
CUINAT DE LLENTIES (Llegum 40g crua = 100g cuita = 2R - Patata 50g = 1R - Plat 3R)		PURÉ DE PORROS AMB FORMATGE I CROSTONS (Patata 100g = 2R - Làctic 0,5R - Crostons 15g 1R Plat 3,5R)		ENSALADA DE PASTA TRICOLOR AMB TOMÀTIGA, TONYINA, OU BULLIT I OLIVES (Pasta 65g crua = 200g cuita = 4R)		CIURONS TREMPATS AMB PATATA, MONGETA TENDRE, PASTANAGA I OU (Llegum 40g crua = 100g cuita = 2R - Patata 100g = 2R - Plat 4R)			
LLUÇ A LA PLANXA		HAMBURGUESA DE CARN MIXTA		LLOM DE LLUÇ AMB PICADA D'ALL I JULIVERT		RUSTIT DE POLLASTRE			
ENSALADA CAPRESE (mesclum, tomàtiga, alfabaguera, formatge tendre i olives negres) (1R)		AMB CUSCÚS, PASTANAGA I CARABASSÍ (Pasta 30g cru = 130g cuit = 2R)		BRÒQUIL I PASTANAGA (0,5R)		ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, ceba, tonyina i germinats) (0,5R)			
MELÓ		RAÏM		POMA		IOGURT (0,5R)			
5 R		6,5 R		5,5 R		5 R			
50g		65g		55g		50g			
DILLUNS	7	DIMARTS	8	DIMECRES	9	DIJOUS	10	DIVENDRES	11
MACARRONS INTEGRALS AMB SALS DE TONYINA (Pasta 45g crua = 150g cuita = 3R Total Plat amb salsa 4 R)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (Llegum 40g crua = 100g cuita = 2R - Patata 50g = 1R - Plat 3R)	ENSALADA CESAR (lletuga, pollastre, pamesà, crostons de pa) (Pa 15g 1 R)		ARRÒS AMB SALS DE TOMÀTIGA (Arròs 45g crua = 105g cuinat = 3R - Total Plat 3,5 R)		PURÉ DE VERDURES I LLEGUMS (Llegum 40g crua = 100g cuita = 2R - Patata 50g = 1R - Plat 3R)		PITERA DE POLLASTRE AMB SALS DE CURRY	
LLIBRET D'INDIOT (1 R)	LLOM DE LLUÇ AL FORN AMB SALS MARINERA	RAGU DE VEDELLA AMB SALS		LLENGUADO A LA LLIMONA		PATATES BULLIDES (100g 2 R)		IOGURT (0,5R)	
ENSALADA DE CANONGES (lletuga, tomàtiga, canonges, olives i pastanaga)	PASTANAGA I COLFLORI (1R)	VERDURES I PATATA (Patata fregida o al forn 140g = 4R)		ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives, nous i ou bullit) (0,5R)					
PERA	SÍNDRIA	POMA		MELÓ					
6 R	5 R	6,5 R		5 R					
60g	50g	65g		55g					
DILLUNS	14	DIMARTS	15	DIMECRES	16	DIJOUS	17	DIVENDRES	18
CUINAT DE MONGETES PINTADES (Llegum 40g crua = 100g cuita = 2R - Patata 50g = 1R - Plat 3R)	PURÉ DE CARABASSA I LLEGUMS (Llegum 40g crua = 100g cuita = 2R - Patata 100g = 2R - Plat 4R)	ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, pèsols i blat de les índies 3-4 granets) (Arròs 45g crua = 105g cuinat = 3R - Total Plat 3,5 R)		ESPAGUETI INTEGRALS A LA NAPOLITANA (Pasta 45g crua = 150g cuita = 3R Total Plat amb salsa 4 R)		SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES AMB MAREVELLA (Pasta 45g crua = 150g cuita = 3R)		FRIT DE CARN MAGRE I POLLASTRE	
TRUITA DE PATATES (Patata fregida o al forn = 75 = 2R)	LLUÇ A LA PLANXA	SALSITXES DE CARN DE PORC		SALMÓ AMB PISTO DE VERDURES		PATATES I PEBRE VERMELL (Patata fregida o al forn = 75 = 2R)		IOGURT (0,5R)	
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, meclum, tomàtiga, pastanaga i remolatxa)	MONGETES TENDRES I XAMPINYONS (0,5R)	ENSALADA PRIMAVERA (iceberg, mesclum, tomàtiga, olives, cogombre) (0,5R)		MINESTRA DE VERDURES (0,5 R)					
PERA	SÍNDRIA	POMA		RAÏM					
6 R	5,5 R	5 R		5,5 R					
60g	55g	50g		55g					
DILLUNS	21	DIMARTS	22						
FIDEUS PAGESOS (mongeta tendre i carxofa) (Pasta 60g crua = 200g cuita = 4R)	PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, ou bullit i alfabaguera) (Pasta 60g crua = 200g cuita = 4R)								
LLUÇ AL FORN	FINGER DE POLLASTRE (1R)								
ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mesclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (0,5R)	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, meclum, pastanaga i melicotó 35g) (1R)								
MELÓ	IOGURT (0,5 R)								
5,5 R	6,5 R								
55g	65g								

POMA 100 g
PERA 100 g
MELÓ 200 g
RAÏM 50 g



CEIP IEEM SON SERRA

Menú General mes juny 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.

DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4	
<p>CUINAT DE LLENTIES (amb carabassa ecològica) (1)</p> <p>LLUÇ A LA PLANXA (4)</p> <p>ENSALADA CAPRESE (mesclum, tomàtiga, alfabaguera, formatge tendre i olives negres) (7)</p> <p>MELÓ</p> <p>Suggeriment de sopar: Patates i tomàtiga gratinada al forn / Fruita</p>	<p>PURÉ DE PORROS AMB FORMATGE I CROSTONS (1,7) (amb porro ecològic)</p> <p>HAMBURGUESA DE CARN MIXTA (6,12)</p> <p>AMB CUSCÚS, PASTANAGA I CARABASSÍ (1)</p> <p>RAÏM</p> <p>Suggeriment de sopar: Falàfel de ciurons amb salsa i ensalada / Fruita</p>	<p>ENSALADA DE PASTA TRICOLOR AMB TOMÀTIGA, TONYINA, OU BULLIT I OLIVES (1,3,4)</p> <p>LLOM DE LLUÇ AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)</p> <p>BRÒQUIL I PASTANAGA</p> <p>POMA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada i indiots amb patata / Fruita</p>	<p>CIURONS TREMPATS AMB PATATA, MONGETA TENDRE, PASTANAGA I OU (3)</p> <p>RUSTIT DE POLLASTRE</p> <p>ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, ceba, tonyina i germinats) (4,6)</p> <p>IOGURT (7)</p> <p>Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb arròs i verdures / Fruita</p>	
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
<p>MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE TONYINA (ceba, pebre vermell, tomàtiga) (1,3,4)</p> <p>LLIBRETS D'INDIOT (1,3,7)</p> <p>ENSALADA DE CANONGES (lletuga, tomàtiga, canonges, olives i pastanaga)</p> <p>PERA</p> <p>Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita</p>	<p>CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) (1)</p> <p>LLOM DE LLUÇ AL FORN AMB SALSA MARINERA (1,2,4,14)</p> <p>PASTANAGA I COLFLORI</p> <p>SÍNDRIA</p> <p>Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita</p>	<p>ENSALADA CESAR (lletuga, pollastre, pomes, crostons de pa) (1,4,7)</p> <p>RAGU DE VEDELLA AMB SALSA (12)</p> <p>VERDURES I PATATA</p> <p>POMA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ciurons saltats amb verdures i blat sarraí / Fruita</p>	<p>ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA</p> <p>LLENGUADO A LA LLIMONA (4)</p> <p>ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives, nous i ou bullit) (3,8)</p> <p>MELÓ</p> <p>Suggeriment de sopar: Pizzetes d'auberginia i carabassí / Fruita</p>	<p>PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA I CIURONS (ecològics)</p> <p>PITERA DE POLLASTRE AMB SALSA DE CURRY (7)</p> <p>PATATES BULLIDES</p> <p>IOGURT (7)</p> <p>Suggeriment de sopar: Coca mallorquina amb sardines / Fruita</p>
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
<p>CUINAT DE MONGETES PINTADES (carabassa ecològica)</p> <p>TRUITA DE PATATES (3)</p> <p>ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga i remolatxa)</p> <p>PERA</p> <p>Suggeriment de sopar: Calamarsets amb arròs i verdures / Fruita</p>	<p>PURÉ DE CARABASSA I LLEGUMS (amb carabassa ecològica)</p> <p>LLUÇ A LA PLANXA (4)</p> <p>MONGETES TENDRES I XAMPINYONS</p> <p>SÍNDRIA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita</p>	<p>ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, pèsols i blat de les índies)</p> <p>SALSITXES DE CARN DE PORC (6,7,12)</p> <p>ENSALADA PRIMAVERA (iceberg, mesclum, tomàtiga, olives, cogombre)</p> <p>POMA</p> <p>Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita</p>	<p>ESPAGUETI INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3)</p> <p>SALMÓ AMB PISTO DE VERDURES (4)</p> <p>MINESTRA DE VERDURES</p> <p>RAÏM</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita</p>	<p>SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES AMB MAREVELLA (1,3)</p> <p>FRIT DE CARN MAGRE I POLLASTRE (1,3)</p> <p>PATATES I PEBRE VERMELL</p> <p>IOGURT (7)</p> <p>Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada / Fruita</p>
DILLUNS 21	DIMARTS 22			
<p>FIDEUS PAGESOS (mongeta tendre i carxofa) (1,3)</p> <p>LLUÇ AL FORN (4)</p> <p>ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mesclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (4)</p> <p>MELÓ</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada de patata i ou bullit / Fruita</p>	<p>PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, ou bullit i alfabaguera) (1,3)</p> <p>FINGER DE POLLASTRE (1,3)</p> <p>ENSALADA ESTIVAL (iceberg, mesclum, pastanaga i melicotó)</p> <p>IOGURT (7)</p> <p>Suggeriment de sopar: Lluç a la planxa i carabassó saltat / Fruita</p>			

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 FRUITA SECA AMB CLOSCA mes de juny 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.

	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
	CUINAT DE LLENTIES (amb carabassa ecològica) (1) LLUÇ A LA PLANXA (4) ENSALADA CAPRESE (mesclum, tomàtiga, alfabaguera, formatge tendre i olives negres) (7) MELÓ Suggeriment de sopar: Patates i tomàtiga gratinada al forn / Fruita	PURÉ DE PORROS AMB FORMATGE I CROSTONS (1,7) (amb porro ecològic) HAMBURGUESA DE CARN MIXTA (6,12) AMB CUSCÚS, PASTANAGA I CARABASSÍ (1) RAÏM Suggeriment de sopar: Falàfel de ciurons amb salsa i ensalada / Fruita	ENSALADA DE PASTA TRICOLOR AMB TOMÀTIGA, TONYINA, OU BULLIT I OLIVES (1,3,4) LLOM DE LLUÇ AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) BRÒQUIL I PASTANAGA POMA Suggeriment de sopar: Ensalada i indiòt amb patata / Fruita	CIURONS TREMPATS AMB PATATA, MONGETA TENDRE, PASTANAGA I OU (3) RUSTIT DE POLLASTRE ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, ceba, tonyina i germinats) (4,6) IOGURT (7) Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb arròs i verdures / Fruita
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE TONYINA (ceba, pebre vermell, tomàtiga) (1,3,4) LLIBRETS D'INDIOT (1,3,7) ENSALADA DE CANONGES (lletuga, tomàtiga, canonges, olives i pastanaga) PERA Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) (1) LLOM DE LLUÇ AL FORN AMB SALSA MARINERA (1,2,4,14) PASTANAGA I COLFLORI SÍNDRIA Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	ENSALADA CESAR (lletuga, pollastre, pomesà, crostons de pa) (1,4,7) RAGU DE VEDELLA AMB SALSA (12) VERDURES I PATATA POMA Suggeriment de sopar: Ciurons saltats amb verdures i blat sarraí / Fruita	ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA LLENGUADO A LA LLIMONA (4) ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives i ou bullit) (3) MELÓ Suggeriment de sopar: Pizetes d'aubergina i carabassa / Fruita	PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA I CIURONS (ecològics) PITERA DE POLLASTRE AMB SALSA DE CURRY (7) PATATES BULLIDES IOGURT (7) Suggeriment de sopar: Coca mallorquina amb sardines / Fruita
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
CUINAT DE MONGETES PINTADES (carabassa ecològica) TRUITA DE PATATES (3) ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, meclum, tomàtiga, pastanaga i remolatxa) PERA Suggeriment de sopar: Calamarsets amb arròs i verdures / Fruita	PURÉ DE CARABASSA I LLEGUMS (amb carabassa ecològica) LLUÇ A LA PLANXA (4) MONGETES TENDRES I XAMPINYONS SÍNDRIA Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita	ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, pèsols i blat de les índies) SALSITXES DE CARN DE PORC (6,7,12) ENSALADA PRIMAVERA (iceberg, mesclum, tomàtiga, olives, cogombre) POMA Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita	ESPAGUETI INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3) SALMÓ AMB PISTO DE VERDURES (4) MINESTRA DE VERDURES RAÏM Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES AMB MAREVELLA (1,3) FRIT DE CARN MAGRE I POLLASTRE (1,3) PATATES I PEBRE VERMELL IOGURT (7) Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada / Fruita
DILLUNS 21	DIMARTS 22			
FIDEUS PAGESOS (mongeta tendre i carxofa) (1,3) LLUÇ AL FORN (4) ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mesclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (4) MELÓ Suggeriment de sopar: Ensalada de patata i ou bullit / Fruita	PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, ou bullit i alfabaguera) (1,3) FINGER DE POLLASTRE (1,3) ENSALADA ESTIVAL (iceberg, mezclum, pastanaga i melicotó) IOGURT (7) Suggeriment de sopar: Lluç a la planxa i carabassó saltat / Fruita			

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 de juny 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.

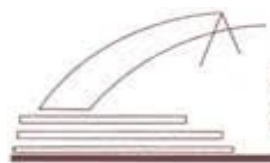
DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
<p>CUINAT DE CIURONS (amb carabassa ecològica)</p> <p>LLUÇ A LA PLANXA (4)</p> <p>ENSALADA CAPRESE (mesclum, tomàtiga, alfabaguera, formatge tendre i olives negres) (7)</p> <p>MELÓ</p> <p>Suggeriment de sopar: Patates i tomàtiga gratinada al forn / Fruita</p>	<p>PURÉ DE PORROS AMB FORMATGE I CROSTONS sense gluten (7) (amb porro ecològic)</p> <p>HAMBURGUESA DE CARN MIXTA (6,12)</p> <p>ARRÒS, PASTANAGA I CARABASSÍ</p> <p>RAÏM</p> <p>Suggeriment de sopar: Falàfel de ciurons amb salsa i ensalada / Fruita</p>	<p>ENSALADA DE PASTA sense gluten AMB TOMÀTIGA, TONYINA, OU BULLIT I OLIVES (3,4)</p> <p>LLOM DE LLUÇ AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)</p> <p>BRÒQUIL I PASTANAGA</p> <p>POMA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada i indiots amb patata / Fruita</p>	<p>CIURONS TREMPATS AMB PATATA, MONGETA TENDRE, PASTANAGA I OU (3)</p> <p>RUSTIT DE POLLASTRE</p> <p>ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, ceba, tonyina i germinats) (4,6)</p> <p>IOGURT (7)</p> <p>Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb arròs i verdures / Fruita</p>
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIVENDRES 11
<p>MACARRONS sense gluten AMB SALSA DE TONYINA (ceba, pebre vermell, tomàtiga) (4)</p> <p>INDIOT ARREBOSSAT (amb farina de blat de les índies) (3)</p> <p>ENSALADA DE CANONGES (lletuga, tomàtiga, canonges, olives i pastanaga)</p> <p>PERA</p> <p>Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita</p>	<p>CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)</p> <p>LLOM DE LLUÇ AL FORN AMB SALSA MARINERA (1,2,4,14)</p> <p>PASTANAGA I COLFLORI</p> <p>SÍNDRIA</p> <p>Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i fruita a la francesa amb ensalada / Fruita</p>	<p>ENSALADA CESAR (lletuga, pollastre, parmesà, crostons de pa sense gluten) (4,7)</p> <p>RAGU DE VEDELLA AMB SALSA (12)</p> <p>VERDURES I PATATA</p> <p>POMA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ciurons saltats amb verdures i blat sarraí / Fruita</p>	<p>ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA</p> <p>LLENGUADO A LA LLIMONA (4)</p> <p>ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives, nous i ou bullit) (3,8)</p> <p>MELÓ</p> <p>Suggeriment de sopar: Pizzetes d'aunderginia i carabassí / Fruita</p>
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIVENDRES 18
<p>CUINAT DE MONGETES PINTADES (carabassa ecològica)</p> <p>TRUITA DE PATATES (3)</p> <p>ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga i remolatxa)</p> <p>PERA</p> <p>Suggeriment de sopar: Calamarsets amb arròs i verdures / Fruita</p>	<p>PURÉ DE CARABASSA I LLEGUMS (amb carabassa ecològica)</p> <p>LLUÇ A LA PLANXA (4)</p> <p>MONGETES TENDRES I XAMPINYONS</p> <p>SÍNDRIA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada variada i fruita a la francesa amb pa / Fruita</p>	<p>ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, pèsols i blat de les índies)</p> <p>SALSITXES DE CARN DE PORC (6,7,12)</p> <p>ENSALADA PRIMAVERA (iceberg, mesclum, tomàtiga, olives, cogombre)</p> <p>POMA</p> <p>Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita</p>	<p>ESPAGUETI sense gluten A LA NAPOLITANA</p> <p>SALMÓ AMB PISTO DE VERDURES (4)</p> <p>MINESTRA DE VERDURES</p> <p>RAÏM</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada variada i fruita de patata i ceba / Fruita</p>
DILLUNS 21	DIMARTS 22		
<p>FIDEUS PAGESOS (mongeta tendre i carxofa) Sense gluten</p> <p>LLUÇ AL FORN (4)</p> <p>ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mesclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (4)</p> <p>MELÓ</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada de patata i ou bullit / Fruita</p>	<p>PASTA sense gluten (tomàtiga, olives negres, ou bullit i alfabaguera) (3)</p> <p>FINGER DE POLLASTRE Sense gluten</p> <p>ENSALADA ESTIVAL (iceberg, mesclum, pastanaga i melicotó)</p> <p>IOGURT (7)</p> <p>Suggeriment de sopar: Lluç a la planxa i carabassó saltat / Fruita</p>		

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:

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 juny 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 premió en fred.

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

DIMARTS	1	DIMECRES	2	DIJOUS	3	DIVENDRES	4		
	PURÉ DE CARABASSA	PURÉ DE PORROS AMB FORMATGE I CROSTONS (1,7) (amb porro ecològic)	ENSALADA DE PASTA TRICOLOR AMB TOMÀTIGA, TONYINA, OU BULLIT I OLIVES (1,3,4)	CIURONS TREMPATS AMB PATATA, MONGETA TENDRE, PASTANAGA I OU (3)					
	LLUÇ A LA PLANXA (4)	HAMBURGUESA DE CARN MIXTA (6,12)	LLOM DE LLUÇ AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)	RUSTIT DE POLLASTRE					
	ENSALADA CAPRESE (mesclum, tomàtiga, alfabaguera, formatge tendre i olives negres) (7)	AMB CUSCÚS, PASTANAGA I CARABASSÍ (1)	BRÒQUIL I PASTANAGA	ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, ceba, tonyina i germinats) (4,6)					
	MELÓ	RAÏM	POMA	IOGURT (7)					
	Suggeriment de sopar: Patates i tomàtiga gratinada al forn / Fruïta	Suggeriment de sopar: Pollastre amb patates i ensalada / Fruïta	Suggeriment de sopar: Ensalada i indiots amb patata / Fruïta	Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb arròs i verdures / Fruïta					
DILLUNS	7	DIMARTS	8	DIMECRES	9	DIJOUS	10	DIVENDRES	11
MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE TONYINA (ceba, pebre vermell, tomàtiga) (1,3,4)	PURÉ DE CARABASSÍ	ENSALADA CESAR (lletuga, pollastre, parmesà, crostons de pa) (1,4,7)	ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA	PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA I CIURONS (ecològics)					
LLIBRETS D'INDIOT (1,3,7)	LLOM DE LLUÇ AL FORN AMB SALSA MARINERA (1,2,4,14)	RAGU DE VEDELLA AMB SALSA (12)	LLENGUADO A LA LLIMONA (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB SALSA DE CURRY (7)					
ENSALADA DE CANONGES (lletuga, tomàtiga, canonges, olives i pastanaga)	PASTANAGA I COLFLORI	VERDURES I PATATA	ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives, nous i ou bullit) (3,8)	PATATES BULLIDES					
PERA	SÍNDRIA	POMA	MELÓ	IOGURT (7)					
Suggeriment de sopar: Llom amb xampinyons i patata / Fruïta	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruïta	Suggeriment de sopar: Pollastre saltat amb verdures i blat sarraí / Fruïta	Suggeriment de sopar: Pizzetes d'aunderginia i carabassí / Fruïta	Suggeriment de sopar: Coca mallorquina amb sardines / Fruïta					
DILLUNS	14	DIMARTS	15	DIMECRES	16	DIJOUS	17	DIVENDRES	18
CUINAT DE MONGETES PINTADES (carabassa ecològica)	PURÉ DE CARABASSA (amb carabassa ecològica)	ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, pèsols i blat de les índies)	ESPAGUETI INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3)	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES AMB MAREVELLA (1,3)					
TRUITA DE PATATES (3)	LLUÇ A LA PLANXA (4)	SALSITXES DE CARN DE PORC (6,7,12)	SALMÓ AMB PISTO DE VERDURES (4)	FRIT DE CARN MAGRE I POLLASTRE (1,3)					
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga i remolatxa)	MONGETES TENDRES I XAMPINYONS	ENSALADA PRIMAVERA (iceberg, mesclum, tomàtiga, olives, cogombre)	MINESTRA DE VERDURES	PATATES I PEBRE VERMELL					
PERA	SÍNDRIA	POMA	RAÏM	IOGURT (7)					
Suggeriment de sopar: Calamarsets amb arròs i verdures / Fruïta	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruïta	Suggeriment de sopar: Pollastre amb pebres i patata / Fruïta	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruïta	Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada / Fruïta					
DILLUNS	21	DIMARTS	22						
FIDEUS PAGESOS (mongeta tendre i carxofa) (1,3)	PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, ou bullit i alfabaguera) (1,3)	FINGER DE POLLASTRE (1,3)							
LLUÇ AL FORN (4)	FINGER DE POLLASTRE (1,3)	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, mesclum, pastanaga i melicotó)							
ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mesclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (4)	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, mesclum, pastanaga i melicotó)	IOGURT (7)							
MELÓ	IOGURT (7)								
Suggeriment de sopar: Ensalada de patata i ou bullit / Fruïta	Suggeriment de sopar: Lluç a la planxa i carabassó saltat / Fruïta								

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:

Sense Llenties, Ciurons, Mongeta blanca, vermella, tendre, pèsols, soia

Processats i derivats càrnics: sense proteïna de soia (pilotes, bacó, salsitxes, hamburgueses, pemil dolç, lassanya, canelons, croquetes)



CEIP IEEM SON SERRA Menú SENSE LACTOSA mes de juny 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.

DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
<p>CUINAT DE LLENTIES (amb carabassa ecològica) (1)</p> <p>LLUÇ A LA PLANXA (4)</p> <p>ENSALADA DE TOMÀTIGA (mesclum, tomàtiga, alfabaguera i olives negres)</p> <p>MELÓ</p> <p>Suggeriment de sopar: Patates i tomàtiga amb pollastre / Fruita</p>	<p>PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS (Sense Làctics)</p> <p>HAMBURGUESA DE CARN MIXTA (6,12)</p> <p>CUSCÚS, PASTANAGA I CARABASSÍ (1)</p> <p>RAÏM</p> <p>Suggeriment de sopar: Falàfel de ciurons amb salsa i ensalada / Fruita</p>	<p>ENSALADA DE PASTA AMB TOMÀTIGA, TONYINA, OU BULLIT I OLIVES (3,4)</p> <p>LLOM DE LLUÇ AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)</p> <p>BRÒQUIL I PASTANAGA</p> <p>POMA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada i indiots amb patata / Fruita</p>	<p>CIURONS TREMPATS AMB PATATA, MONGETA TENDRE, PASTANAGA I OU (3)</p> <p>RUSTIT DE POLLASTRE</p> <p>ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, ceba, tonyina i germinats) (4,6)</p> <p>IOGURT Sense Lactosa (7)</p> <p>Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb arròs i verdures / Fruita</p>
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10
<p>MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE TONYINA (ceba, pebre vermell, tomàtiga) (1,3,4)</p> <p>INDIOT ARREBOSSAT (1,3)</p> <p>ENSALADA DE CANONGES (lletuga, tomàtiga, canonges, olives i pastanaga)</p> <p>PERA</p> <p>Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita</p>	<p>CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) (1)</p> <p>LLOM DE LLUÇ AL FORN AMB SALSA MARINERA (1,2,4,14)</p> <p>PASTANAGA I COLFLORI</p> <p>SÍNDRIA</p> <p>Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita</p>	<p>ENSALADA CESAR (lletuga, pollastre, crostons de pa) (1) (Sense salsa)</p> <p>RAGU DE VEDELLA AMB SALSA (12)</p> <p>VERDURES I PATATA</p> <p>POMA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ciurons saltats amb verdures i blat sarraí / Fruita</p>	<p>ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA</p> <p>LLENGUADO A LA LLIMONA (4)</p> <p>ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives, nous i ou bullit) (3,8)</p> <p>MELÓ</p> <p>Suggeriment de sopar: Pizzetes d'auberginia i carabassí / Fruita</p>
DIVENDRES 11	DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16
<p>PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA I CIURONS (Sense Làctics)</p> <p>PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA</p> <p>PATATES BULLIDES</p> <p>IOGURT Sense Lactosa (7)</p> <p>Suggeriment de sopar: Coca mallorquina amb sardines / Fruita</p>	<p>CUINAT DE MONGETES PINTADES (carabassa ecològica)</p> <p>TRUITA DE PATATES (3)</p> <p>ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga i remolatxa)</p> <p>PERA</p> <p>Suggeriment de sopar: Calamarsets amb arròs i verdures / Fruita</p>	<p>PURÉ DE CARABASSA I LLEGUMS (Sense làctics)</p> <p>LLUÇ A LA PLANXA (4)</p> <p>MONGETES TENDRES I XAMPINYONS</p> <p>SÍNDRIA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita</p>	<p>ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, pèsols i blat de les índies)</p> <p>HAMBURGUESA DE CARN MIXTA (6,12)</p> <p>ENSALADA PRIMAVERA (iceberg, mesclum, tomàtiga, olives, cogombre)</p> <p>POMA</p> <p>Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita</p>
DIVENDRES 18	DILLUNS 21	DIMARTS 22	
<p>SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES AMB MAREVELLA (1,3)</p> <p>FRIT DE CARN MAGRE I POLLASTRE (1,3)</p> <p>PATATES I PEBRE VERMELL</p> <p>IOGURT Sense Lactosa (7)</p> <p>Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada / Fruita</p>	<p>FIDEUS PAGESOS (mongeta tendre i carxofa) (1,3)</p> <p>LLUÇ AL FORN (4)</p> <p>ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mesclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (4)</p> <p>MELÓ</p> <p>Suggeriment de sopar: Ensalada de patata i ou bullit / Fruita</p>	<p>PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, ou bullit i alfabaguera) (1,3)</p> <p>FINGER DE POLLASTRE (1,3)</p> <p>ENSALADA ESTIVAL (iceberg, mesclum, pastanaga i melicotó)</p> <p>IOGURT Sense Lactosa (7)</p> <p>Suggeriment de sopar: Lluç a la planxa i carabassó saltat / Fruita</p>	

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:

Embotits, Preparats càrnics: Sense Llet (inclosa lactosa).

Purés o cremes de verdures sense làctics (llet, formatge, mantega)

iogurt Sense Lactosa.



CEIP IEEM SON SERRA Menú SENSE LLET (inclosa LACTOSA) ni FRUITA SECA AMB CLOSCA mes juny 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 premió en fred.

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

DIMARTS	1	DIMECRES	2	DIJOUS	3	DIVENDRES	4
	CUINAT DE LLENTIES (amb carabassa ecològica) (1) LLUÇ A LA PLANXA (4) ENSALADA DE TOMÀTIGA (mesclum, tomàtiga, alfabaguera i olives negres) MELÓ Suggeriment de sopar: Patates i tomàtiga amb pollastre / Fruita	PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS (Sense Làctics) HAMBURGUESA DE CARN MIXTA (6,12) CUSCÚS, PASTANAGA I CARABASSÍ (1) RAÏM Suggeriment de sopar: Falàfel de ciurons amb salsa i ensalada / Fruita	ENSALADA DE PASTA AMB TOMÀTIGA, TONYINA, OU BULLIT I OLIVES (3,4) LLOM DE LLUÇ AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) BRÒQUIL I PASTANAGA POMA Suggeriment de sopar: Ensalada i indiots amb patata / Fruita	CIURONS TREMPATS AMB PATATA, MONGETA TENDRE, PASTANAGA I OU (3) RUSTIT DE POLLASTRE ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, ceba, tonyina i germinats) (4,6) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb arròs i verdures / Fruita			
DILLUNS	7	DIMARTS	8	DIMECRES	9	DIJOUS	10
MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE TONYINA (ceba, pebre vermell, tomàtiga) (1,3,4) INDIOT ARREBOSSAT (1,3) ENSALADA DE CANONGES (lletuga, tomàtiga, canonges, olives i pastanaga) PERA Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) (1) LLOM DE LLUÇ AL FORN AMB SALSA MARINERA (1,2,4,14) PASTANAGA I COLFLORI SÍNDRIA Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	ENSALADA CESAR (lletuga, pollastre, crostons de pa) (1) (Sense salsa) RAGU DE VEDELLA AMB SALSA (12) VERDURES I PATATA POMA Suggeriment de sopar: Ciurons saltats amb verdures i blat sarraí / Fruita	ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA LLENGUADO A LA LLIMONA (4) ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives i ou bullit) (3) MELÓ Suggeriment de sopar: Pizzetes d'aunderginia i carabassí amb mozzarella de soia / Fruita	PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA I CIURONS (Sense Làctics) PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA PATATES BULLIDES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Coca mallorquina amb sardines / Fruita			
DILLUNS	14	DIMARTS	15	DIMECRES	16	DIJOUS	17
CUINAT DE MONGETES PINTADES (carabassa ecològica) TRUITA DE PATATES (3) ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga i remolatxa) PERA Suggeriment de sopar: Calamarsets amb arròs i verdures / Fruita	PURÉ DE CARABASSA I LLEGUMS (Sense làctics) LLUÇ A LA PLANXA (4) MONGETES TENDRES I XAMPINYONS SÍNDRIA Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita	ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, pèsols i blat de les índies) HAMBURGUESA DE CARN MIXTA (6,12) ENSALADA PRIMAVERA (iceberg, mesclum, tomàtiga, olives, cogombre) POMA Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita	ESPAGUETI INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3) SALMÓ AMB PISTO DE VERDURES (4) MINESTRA DE VERDURES RAÏM Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES AMB MAREVELLA (1,3) FRIT DE CARN MAGRE I POLLASTRE (1,3) PATATES I PEBRE VERMELL FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada amb mozzarella de soia / Fruita			
DILLUNS	21	DIMARTS	22				
FIDEUS PAGESOS (mongeta tendre i carxofa) (1,3) LLUÇ AL FORN (4) ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mesclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (4) MELÓ Suggeriment de sopar: Ensalada de patata i ou bullit / Fruita	PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, ou bullit i alfabaguera) (1,3) FINGER DE POLLASTRE (1,3) ENSALADA ESTIVAL (iceberg, mesclum, pastanaga i melicotó) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Lluç a la planxa i carabassó saltat / 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

CARACTERÍSTIQUES DEL MENÚ:

Emboïts, Preparats càrnics: Sense Llet (inclosa lactosa).

Purés o cremes de verdures sense làctics (llet, formatge, mantega)



CEIP IEEM SON SERRA

Menú SENSE LACTOSA mes de juny 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.

DIMARTS	1	DIMECRES	2	DIJOUS	3	DIVENDRES	4		
	PURÉ DE CARABASSA	PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS (Sense Làctics)		ENSALADA DE PASTA AMB TOMÀTIGA, TONYINA, OU BULLIT I OLIVES (3,4)		ENSALADA DE PATATA, MONGETA TENDRE, PASTANAGA I OU (3)			
	LLUÇ A LA PLANXA (4)	HAMBURGUESA DE CARN MIXTA (6,12)		LLOM DE LLUÇ AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)		RUSTIT DE POLLASTRE			
	ENSALADA DE TOMÀTIGA (mesclum, tomàtiga, alfabaguera i olives negres)	CUSCÚS, PASTANAGA I CARABASSÍ (1)		PASTANAGA		ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, ceba, tonyina i germinats) (4,6)			
	MELÓ	RAÏM		POMA		IOGURT Sense Lactosa (7)			
	Suggeriment de sopar: Patates i tomàtiga amb pollastre / Fruita	Suggeriment de sopar: Llom i ensalada d'arròs / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada i indiots amb patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb patata i verdures / Fruita			
DILLUNS	7	DIMARTS	8	DIMECRES	9	DIJOUS	10	DIVENDRES	11
MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE TONYINA (ceba, pebre vermell, tomàtiga) (1,3,4)	PURÉ DE CARABASSA	ENSALADA CESAR (lletuga, pollastre, crostons de pa) (1) (Sense salsa)		ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA		PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA (Sense Làctics)			
INDIOT ARREBOSSAT (1,3)	LLOM DE LLUÇ AL FORN AMB SALSA MARINERA (1,2,4,14)	RAGU DE VEDELLA AMB SALSA (12)		LLENGUADO A LA LLIMONA (4)		PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA			
ENSALADA DE CANONGES (lletuga, tomàtiga, canonges, olives i pastanaga)	PASTANAGA	VERDURES I PATATA		ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives, nous i ou bullit) (3,8)		PATATES BULLIDES			
PERA	SÍNDRIA	POMA		MELÓ		IOGURT Sense Lactosa (7)			
Suggeriment de sopar: Llom amb arròs i verdures saltades / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre amb verdures i blat sarraí / Fruita		Suggeriment de sopar: Verdures al forn amb indiots i patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Coca mallorquina amb sardines / Fruita			
DILLUNS	14	DIMARTS	15	DIMECRES	16	DIJOUS	17	DIVENDRES	18
PURÉ DE CARABASSÍ	PURÉ DE CARABASSA (Sense làctics)	ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, pèsols i blat de les índies)		ESPAGUETI INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3)		SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES AMB MAREVELLA (1,3)			
TRUITA DE PATATES (3)	LLUÇ A LA PLANXA (4)	HAMBURGUESA DE CARN MIXTA (6,12)		SALMÓ AMB PISTO DE VERDURES (4)		FRIT DE CARN MAGRE I POLLASTRE (1,3)			
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga i remolatxa)	XAMPINYONS	ENSALADA PRIMAVERA (iceberg, mesclum, tomàtiga, olives, cogombre)		CARABASSÍ		PATATES			
PERA	SÍNDRIA	POMA		RAÏM		IOGURT Sense Lactosa (7)			
Suggeriment de sopar: Calamarsets amb arròs i verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals amb verdures saltades amb fruita seca / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita		Suggeriment de sopar: Pa a,b oli variat / Fruita			
DILLUNS	21	DIMARTS	22						
SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES AMB MAREVELLA (1,3)	PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, ou bullit i alfabaguera) (1,3)								
LLUÇ AL FORN (4)	FINGER DE POLLASTRE (1,3)								
ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mesclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (4)	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, mesclum, pastanaga i melicotó)								
MELÓ	IOGURT Sense Lactosa (7)								
Suggeriment de sopar: Ensalada de patata i ou bullit / Fruita	Suggeriment de sopar: Lluç a la planxa i carabassó saltat / 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

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, MANDARINA mes juny 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 premió en fred.

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

DIMARTS	1	DIMECRES	2	DIJOUS	3	DIVENDRES	4		
	CUINAT DE LLENTIES (amb carabassa ecològica) (1)	PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS (Sense Làctics)		ENSALADA DE PASTA AMB TOMÀTIGA, TONYINA, OU BULLIT I OLIVES (3,4)		CIURONS TREMPATS AMB PATATA, MONGETA TENDRE, PASTANAGA I OU (3)			
	LLUÇ A LA PLANXA (4)	HAMBURGUESA DE CARN MIXTA (6,12)		LLOM DE LLUÇ AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)		RUSTIT DE POLLASTRE			
	ENSALADA DE TOMÀTIGA (mesclum, tomàtiga, alfabaguera i olives negres)	CUSCÚS, PASTANAGA I CARABASSÍ (1)		BRÒQUIL I PASTANAGA		ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, ceba, tonyina i germinats) (4,6)			
	MELÓ	RAÏM		POMA		IOGURT Sense Lactosa (7)			
	Suggeriment de sopar: Patates i tomàtiga amb pollastre / Fruita	Suggeriment de sopar: Falàfel de ciurons amb salsa i ensalada / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada i indiots amb patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb arròs i verdures / Fruita			
DILLUNS	7	DIMARTS	8	DIMECRES	9	DIJOUS	10	DIVENDRES	11
MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE TONYINA (ceba, pebre vermell, tomàtiga) (1,3,4)		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) (1)		ENSALADA CESAR (lletuga, pollastre, crostons de pa) (1) (Sense salsa)		ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA		PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA I CIURONS (Sense Làctics)	
INDIOT ARREBOSSAT (1,3)		LLOM DE LLUÇ AL FORN AMB SALSA MARINERA (1,2,4,14)		RAGU DE VEDELLA AMB SALSA (12)		LLENGUADO A LA LLIMONA (4)		PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA	
ENSALADA DE CANONGES (lletuga, tomàtiga, canonges, olives i pastanaga)		PASTANAGA I COLFLORI		VERDURES I PATATA		ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives, nous i ou bullit) (3,8)		PATATES BULLIDES	
MELÓ		SÍNDRIA		POMA		MELÓ		IOGURT Sense Lactosa (7)	
Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita		Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita		Suggeriment de sopar: Ciurons saltats amb verdures i blat sarraí / Fruita		Suggeriment de sopar: Pizzetes d'auberginia i carabassí / Fruita		Suggeriment de sopar: Coca mallorquina amb sardines / Fruita	
DILLUNS	14	DIMARTS	15	DIMECRES	16	DIJOUS	17	DIVENDRES	18
PURÉ DE PASTANAGA		PURÉ DE CARABASSA I LLEGUMS (Sense làctics)		ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, pèsols i blat de les índies)		ESPAGUETI INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3)		SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES AMB MAREVELLA (1,3)	
TRUITA DE PATATES (3)		LLUÇ A LA PLANXA (4)		HAMBURGUESA DE CARN MIXTA (6,12)		SALMÓ AMB PISTO DE VERDURES (4)		FRIT DE CARN MAGRE I POLLASTRE (1,3)	
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga i remolatxa)		MONGETES TENDRES I XAMPINYONS		ENSALADA PRIMAVERA (iceberg, mesclum, tomàtiga, olives, cogombre)		MINESTRA DE VERDURES		PATATES I PEBRE VERMELL	
POMA		SÍNDRIA		POMA		RAÏM		IOGURT Sense Lactosa (7)	
Suggeriment de sopar: Calamarsets amb arròs i verdures / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita		Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita		Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada / Fruita	
DILLUNS	21	DIMARTS	22						
FIDEUS PAGESOS (mongeta tendre i carxofa) (1,3)		PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, ou bullit i alfabaguera) (1,3)							
LLUÇ AL FORN (4)		FINGER DE POLLASTRE (1,3)							
ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mesclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (4)		ENSALADA ESTIVAL (iceberg, mesclum, pastanaga i melicotó)							
MELÓ		IOGURT Sense Lactosa (7)							
Suggeriment de sopar: Ensalada de patata i ou bullit / Fruita		Suggeriment de sopar: Lluç a la planxa i carabassó saltat / 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

CARACTERÍSTIQUES DEL MENÚ:

Embotits, Preparats càrnics: Sense Llet (inclosa lactosa).

Purés o cremes de verdures sense làctics (llet, formatge, mantega)

iogurt Sense Lactosa.