



FEBRER 2025

AMB PROPOSTES DE SOPAR

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	ARRÒS AMB SALSINA DE TOMÀTIGA CASOLANA (amb ceba, porro, tomàtiga triturada, pastanagó, alls i llorer)	SOPA DE BULLIT (1,3,6,10)	CUINAT DE LLENTIES (1) (amb ceba, porro, tomàtiga, carabassa, mongeta verda, brou de verdures, alls i llorer)	CREMA DE VERDURES DEL TEMPS	AGUIAT DE CIGRONS: espinacs, pastanaga, ceba, bledes i patata
	TRUITA FRANCESA (3)	BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA	LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ (4)	AGUIAT DE PILOTES MIXTES A LA JARDINERA (6,9,12): pastanaga, pesols i ceba	LLUÇ A LA PLANXA AMB L LIMONA, ALL I JULIVERT (4)
	AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada		AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7)	CÚSCÚS (1)	AMANIDA: iceberg, tomàtiga i cogombre
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT (7)	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB CARBASSA (1)	ARRÒS DE PEIX (4)	ESPAGUETIS AMB SALSINA DE TOMÀTIGA I TONYINA (1,3,6,10,4)	ESCUDELLA FRESCA	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE
	RABES DE CALAMAR (1,2,4,3,6,7,9,10,14)	TRUITA DE PATATA (3)	INDIOT A LA PLANXA	LLUÇ AL FORN AMB PATATES I SALSINA DE PEBRES VERMELLS (ceba, alls, pebre vermell, tomàtiga i pebre bord)	POLLASTRE AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i llet de coco)
	AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies	AMANIDA: lletuga, formatge i olives (7)	AMANIDA: iceberg, brots de soja i pastanaga (6)		ARRÒS INTEGRAL
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT (7)	FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	MACARRONS INTEGRALS A LA CARBONARA (ceba, pernil dolç, bacó i nata) (1,3,6,7,10)	CIGRONS ESCALDINS	QUINOA AMB VERDURES ceba, pebre vermell, pastanagó i bròquil	CREMA DE COLIFLOR I COCO	PAELLA CEGA AMB POLLASTRE I VERDURES
	HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12)	LLUÇ A LA MALLORQUINA: patata, bledes, grells, tomàtiga i pebre bord	POLLASTRE ARREBOSSAT amb suc de taronja i galeta picada (1,6,10)	RODÓ D'INDIOT AMB PATATA AL FORN	TRUITA FRANCESA (3)
	AMANIDA: lletuga, cogombre i tomàtiga		AMANIDA: romana, pastanaga i olives		AMANIDA: iceberg, tomàtiga i blat de les índies
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT (7)	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	CREMA DE MONGETA BLANCA I CARBASSA	FIDEUS DE PEIX (1,3,6,4,10)	ARRÒS BRUT	FESTIU	FESTIU
	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	POLLASTRE AL FORN AMB L LIMONA	PALOMETA AL FORN AMB SALSINA DE TOMÀTIGA (4)		
	AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7)	AMANIDA: lletuga, remolatxa i blat de les índies	BRÒQUIL AL VAPOR		
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS		

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramusos 14 Moluscs

FEBRER 2025

AMB PROPOSTES DE SOPAR

Informació sobre els nostres menús
<p>Sempre hi ha Pa moreno integral de forn de llenya (producte local) d'acompanyament i aigua embotellada</p> <p>Les amanides estàn trempades amb oli d'oliva extra verge premsat en fred</p> <p>Els nostres iogurts no contenen més de 12,3g de sucre per cada 100ml</p> <p>En ocasions combinem cereal i llegum per obtenir proteïna vegetal d'alta qualitat.</p> <p>Utilitzem sal i especíes de comerç just.</p> <p>Tot el nostre lluç té certificat MSC (pesca sostenible certificada).</p> <p>Un 10% dels nostres ingredients i/o productes són de proximitat i de km0. El producte a servir dependrà de l'època de lany.</p> <p>El 5% de les nostres carns d'au tenen certificat "welfair" que promou el benestar animal.</p> <p>El 5% Dels nostres ous tenen certificat "welfair" que promou el benestar animal.</p> <p>Utilitzem Plats tradicionals de les Illes Balears destacats en el text amb lila</p> <p>Utilitzem Productes ecològics, destacats en el text amb verd</p> <p>Utilitzem Productes de temporada segons el calendari APAEMA:</p> <p>* en cas d'al·lèrgies o intoleràncies alimentàries s'adaptarà el menú sempre i quan s'entregui certificat mèdic.</p> <p>* en cas de dieta blana i estringent (mal de panxa) es donarà: sopa d'arròs o puré de pastanaga + segon plat de carn o peix bullit, al forn o a la planxa amb patata, pastanaga o arròs blanc bullit de guarnició.</p> <p>* en cas de dieta sense carn de porc per creències religioses, se li donarà com a substitució pollastre, indiòt, vedella, peix o ou.</p>
<p>Per l'elaboració dels menús s'ha tingut en compte : Documento de consenso sobre la alimentació en los centros educativos així com el Decret 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears.</p>
<p>Informació completa sobre el Reglament Al·lèrgens 1169/2011, 13 de Desembre de 2014</p> <p>1 Gluten 2 Crustacis</p> <p>3 Ous 4 Peix 5 Cacauets 6 Soja 7 Llet, lactosa 8 Fruïts secs amb closca 9 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12</p> <p>Diòxid de sofre 13 Tramussos 14 Mol·luscs TR Traces</p>

PROPOSTES DE SOPARS COMPLEMENTARIS

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOURS 6	DIVENDRES 7
<i>Crema de verdures + lluç amb patata bullida + fruita</i>	<i>Amanida de tomàtiga i poma + croquetes de pernil amb pèsols + fruita</i>	<i>Pollastre bullit amb amb pastanaga i blat de les índies + fruita</i>	<i>Truïta de patata amb pa moreno, tomàtiga i olives + fruita</i>	<i>Sopa + salsixes amb alvocat + fruita</i>
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOURS 13	DIVENDRES 14
<i>Pollastre a la planxa amb patata i bròquil+ fruita</i>	<i>Humus amb crudités + pa amb oli de formatge + fruita</i>	<i>Arròs amb rap, pastanaga i pèsols + fruita</i>	<i>Indiòt a la planxa amb moniato i coliflor + fruita</i>	<i>Daurada al forn amb patata i carbassó + fruita</i>
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOURS 20	DIVENDRES 21
<i>Amanida de remolatxa i poma + sopa de peix amb arròs+ fruita</i>	<i>"fagites" de pollastre amb verdura + fruita</i>	<i>Truïta francesa amb arròs i pèsols + fruita</i>	<i>Alvocat i tomàtiga + pa amb oli de formatge + fruita</i>	<i>Bacallà a la planxa amb carbassa i patata + fruita</i>
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIVENDRES 28	DIVENDRES 28
<i>Salmó a la planxa amb arròs i bròquil + fruita</i>	<i>Mongeta verda amb patata i ou dur + fruita</i>	<i>Indiòt al forn amb moniato i carbassó + fruita</i>	<i>festiu</i>	<i>festiu</i>