

MAIG 2025

AMB PROPOSTES DE SOPAR

DINAR				DIJOUS 1	DIVENDRES 2
					
DINAR	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
	PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB CARBASSA (1) RABES DE CALAMAR (1,2,4,3,6,7,9,10,14) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS MARINERA (2,4,14) TRUITA DE PATATA (3) AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i olives FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA TROPICAL: lletuga, pinya, alvocat, pastanaga i indiot PASTA A LA BOLONYESA (1,3,6,10) FRUITA DEL TEMPS	AGUIAT DE MONGETA PINTA AMB CEBA I COL LLUÇ AL FORN AMB ALLETS I PEBRE BORD (4) AMANIDA: lletuga, brots de soja i tomàtiga (6) IOGURT (7)	SOPA AMB BROU DE CARN D'AU I VERDURA (1,3,6,10) POLLASTRE AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i beguda de coco) BRÒQUIL i PATATA AL VAPOR FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
	ESPAGUETIS INTEGRALS NAPOLITANA (amb ceba, tomàtiga i herbes provençals) (1,3,6,10) HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12) AMANIDA: lletuga, cogombre i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARABASSA I POMA LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ AMB PATATA I XAMPINYONS (4) FRUITA DEL TEMPS	QUINOA AMB VERDURES (ceba, carbassó, pastanaga alls i julivert) "FAJITES DE CARN D'AU" AMB CEBA PEBRE VERD I VERMELL (1) IOGURT (7)	CUINAT DE CIGRONS POLLASTRE AL FORN AMB PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	PAELLA CEGA DE CARN I VERDURES TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: TREMPÓ (tomàtiga, pebre blanc i ceba) FRUITA DEL TEMPS
DINAR	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE TRUITA DE PATATA I CEBA (3) AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7) FRUITA DEL TEMPS	FIDEUÀ DE MUSSOLA (1,2,3,4,6,10) CROQUETES DE POLLASTRE (1,2,3,4,6,7,9,14) AMANIDA: lletuga, remolatxa i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS CALDÓS AMB BROU DE CARN I VERDURES LLUÇ AL FORN (4) AMB SALSA DE PEBRES VERMELLS BRÒQUIL I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: tomàtiga, patata, tonyina i olives verdes (4) CONTRES POLLASTRE ROSTIT PASTANAGA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE LLENTIA (1) LLOM AMB SALSA DE VERDURES BULGUR BULLIT (1) IOGURT (7)
	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
	ARRÒS 3 DELÍCIES (indiot, pastanagó i pèsols) LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ (4) AMANIDA: lletuga, i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	SOPA FIDEUÍ DE BROU DE CARN I VERDURES AMB CIGRONS (1,3,6,10) TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: iceberg, brots de soja i indiot (6) FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARBASSÓ I PERA AGUIAT DE PORC AMB SALSA VERDURES (ceba, porro i pastanagó) AMB PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS A LA BOLONYESA DE CARN D'AU (1,3,6,10) LLUÇ A L'ESPATLLA (4) AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA GREGA : lletuga, ceba morada, cogombre, formatge, tomàtiga i olives negres (7) INDIOT AMB SALSA DE VERDURES ARRÒS BASMATI IOGURT (7)

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 sulfit 13 Altramusos 14 Moluscs

MAIG 2025

AMB PROPOSTES DE SOPAR

Informació sobre els nostres menús

Sempre hi ha Pa moreno integral de forn de llenya (producte local) d'acompanyament i aigua embotellada

Les amanides estan trempades amb oli d'oliva extra verge premsat en fred

Els nostres iogurts no contenen més de 12,3g de sucre per cada 100ml

En ocasions combinem cereal i llegum per obtenir proteïna vegetal d'alta qualitat.

Utilitzem sal i espècies de comerç just.

Tot el nostre lluç té certificat MSC (pesca sostenible certificada).

Un 10% dels nostres ingredients i/o productes són de proximitat i de km0. El producte a servir dependrà de l'època de l'any.

El 5% de les nostres carns d'au tenen certificat "welfare" que promou el benestar animal.

El 5% Dels nostres ous tenen certificat "welfare" que promou el benestar animal.

Utilitzem Plats tradicionals de les Illes Balears destacats en el text amb lila

Utilitzem Productes ecològics, destacats en el text amb verd

Utilitzem Productes de temporada segons el calendari APAEMA:

* en cas d'al·lèrgies o intoleràncies alimentàries s'adaptarà el menú sempre i quan s'entregui certificat mèdic.

* en cas de dieta blanda i estricta (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.

* en cas de dieta sense carn de porc per creences religioses, se li donarà com a substitució pollastre, indi, vedella, peix o ou.

Per l'elaboració dels menús s'ha tingut en compte : Documento de consenso sobre la alimentación 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.

Informació completa sobre el Reglament Al·lèrgens 1169/2011, 13 de Desembre de 2014
1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacauets 6 Soja 7 Llet, lactosa 8 Fruïts secs amb closca 9 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12 Diòxid de sofre 13 Tramussos 14 Mol·luscs TR Traces

PROPOSTES DE SOPARS COMPLEMENTARIS

sopar					DIVENDRES 2
					Pollastre al forn amb pisto i arròs + fruita
sopar	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
	Indi a la planxa amb bròquil i patata + fruita	Rap a la planxa amb pèsols i blat de les índies + fruita	Humus amb cruditès + truita francesa + fruita	Hamburguesa de vedella amb xips de moniato i carbassó + fruita	Lluç al forn amb amanida d'arròs + fruita
sopar	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
	Truita de patata amb amanida de tomàtiga i alvocat + fruita	Amanida de pastanaga i cogombre + llim a la planxa amb arròs + fruita	Sopa + lluç amb mongeta verda + fruita	Crep de pernil i xampinyons + guacamole + fruita	Crema de verdures + pa amb oli de formatge + fruita
sopar	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
	Salsitxes de porc amb arròs i amanida + fruita	Remenat d'ou amb mongeta verda i patata + fruita	Meló amb pernil + indi a la planxa amb pastanaga + fruita	Seitons enfarinats amb tomàtiga, blat de les índies i quinoa + fruita	Lluç al forn amb carbassó i patata + fruita
sopar	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
	Contres de pollastre al forn amb carbassa i patata + fruita	Amanida de patata amb tomàtiga, formatge, cogombre i olives + fruita	Truita francesa amb arròs i bròquil + fruita	Amanida + Costelles de porcal al forn amb xips de moniato + fruita	Crema de pastanaga + Sardines al forn + fruita

GUIA PER A L'ELABORACIÓ DE BERENARS SALUDABLES

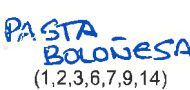
MAIG 2025

AMB PROPOSTES DE SOPAR

BERENAR A CASA			
ELS BERENARS HAN DE SER COMPOSTOS PELS SEGÜENTS GRUPS D'ALIMENTS:			
FARINACIS (a base de cereals y pseudocereals preferentment integrals tipo pa, avena, quinoa)	LÀCTIC (llets, iogurts, formatges) o BEGUDES VEGETALS	FRUITA i/o FRUITS SECS i/o FRUITA SECA	TAMBÉ PODEM AFEGIR VEGETALS I LLEGUMS, LLABORS, OUS I EN OCASIONS ALGÚN EMBUTIT
EXEMPLES PER CASA: llet + cereals + peça de fruita batut de (kiwi o maduixes o taronja, grapat d'espínacs frescos i aigua) + pa moreno amb formatge o humus iogurt amb flocs d'avena i trossos de fruita llet d'ametlla + pa moreno amb formatge i figues seques llet + pa moreno amb mermelada ecològica			
EL BERENAR DE L'ESCOLA POT ESTAR COMPOST PELS GRUPS PRINCIPALS DELS ALIMENTS QUE COMPONEN EL 1R BERENAR O PER 3, 2 I FINS I TOT 1 GRUP D'ALIMENTS			

MAYO 2025

CON PROPUESTAS DE CENA

COMIDA				JUEVES 1	VIERNES 2
					ENSALADA DE GARBANZOS: patata, atun, huevo hervido, aceitunas negras y tomate cherry (3,4) MERLUZA A LA PLANCHA CON LIMÓN, AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA: lechuga, pepino y zanahoria FRUTA DEL TIEMPO
COMIDA	LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
	PURÉ DE LENTEJA ROJA CON CALABAZA (1) RABAS DE CALAMAR (1,2,4,3,6,7,9,10,14) ENSALADA: lechuga, tomate y maíz FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ MARINERA (2,4,14) TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA: hojas de roble, zanahoria y aceitunas FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA TROPICAL : lechuga, piña, aguacate, zanahoria y pavo  (1,2,3,6,7,9,14) FRUTA DEL TIEMPO	ESTOFADO DE JUDIA PINTA CON CEBOLLA Y COL MERLUZA AL HORNO CON AJETES Y PIMENTÓN (4) ENSALADA: lechuga, brotes de soja y tomate (6) YOGURT (7)	SOPA DE CALDO DE CARNE DE AVE Y VERDURA (1,3,6,10) POLLO AL CURRI (cebolla, pimiento, zanahoria, manzana, curri y bebida de coco) BRÓCOLI Y PATATA AL VAPOR FRUTA DEL TIEMPO
COMIDA	LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
	ESPAGUETIS INTEGRALES AL PESTO (albahaca, aceite de oliva, queso y almendras) (1,3,6,7,8,10) HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANCHA (6,9,12) ENSALADA: lechuga, pepino y tomate FRUTA DEL TIEMPO	CREMA DE CALABAZA Y MANZANA con picatostes MERLUZA REBOZADA CASERA CON HARINA DE GARBANZO CON PATATA Y CHAMPIÑONES (4) FRUTA DEL TIEMPO	QUINOA CON VERDURAS (cebolla, zanahoria, ajos y perejil) FAJITAS DE CARNE DE AVE CON CEBOLLA, PIMIENTO VERDE Y ROJO YOGURT (7)	COCIDO DE GARBANZOS POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO	PAELLA CIEGA DE CARNE Y VERDURAS TORTILLA FRANCESA (3) ENSALADA: "TREMPO" (tomate, pimiento blanco y cebolla) FRUTA DEL TIEMPO
COMIDA	LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
	CREMA DE ZANAHORIA Y GENGIBRE TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA (3) ENSALADA: Capresse (tomate, dados de queso y orégano)(7) FRUTA DEL TIEMPO	FIDEUÀ DE MUSOLA (1,2,3,4,6,10) CROQUETAS DE ESPINACAS Y POLLO (1,2,3,4,6,7,9,14) ENSALADA: lechuga, remolacha y maíz FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ CALDOSO CON CALDO DE CARNE Y VERDURAS MERLUZA AL HORNO (4) CON SALSA DE PIMIENTOS ROJOS BRÓCOLI Y PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE PATATA: tomate, patata, atun y aceitunas verdes (4) CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO ZANAHORIA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	POTAJE DE LENTEJAS (1) LOMO CON SALSA DE VERDURAS BULGUR HERVIDO (1) YOGURT (7)
COMIDA	LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
	ARROZ 3 DELICIAS (pavo, zanahoria y guisantes) MERLUZA REBOZADA CON HARINA DE GARBANZO (4) ENSALADA: lechuga y tomate FRUTA DEL TIEMPO	SOPA DE FIDEOS DE CALDO DE CARNE Y VERDURAS CON GARBANZOS (1,3,6,10) TORTILLA FRANCESA (3) ENSALADA: iceberg, brotes de soja y pavo (6) FRUTA DEL TIEMPO	PURÉ DE CALABACIN Y PERA ESTOFADO DE CERDO CON SALSA DE VERDURAS (cebolla, puerro y zanahoria)CON PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	MACARRONES A LA BOLOÑESA CON CARNE DE AVE (1,3,6,10) MERLUZA A LA ESPALDA (4) ENSALADA: lechuga, zanahoria y maíz FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA GRIEGA: lechuga, cebolla morada, pepino, queso, tomate y aceitunas negras PAVO CON SALSA DE VERDURAS ARROZ BASMATI YOGURT (7)

MAYO 2025

CON PROPUESTAS DE CENA

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 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramusos 14 Moluscs

Informació sobre els nostres menús

Sempre hi ha Pa moreno integral de forn de llenya (producte local) d'acompanyament i aigua embotellada

Les amanides estan trempades amb oli d'oliva extra verge premsat en fred

Els nostres iogurts no contenen més de 12,3g de sucre per cada 100ml

En ocasions combinem cereal i llegum per obtenir proteïna vegetal d'alta qualitat.

Utilitzem sal i espècies de comerç just.

Tot el nostre lluç té certificat MSC (pesca sostenible certificada).

Un 10% dels nostres ingredients i/o productes són de proximitat i de km0. El producte a servir dependrà de l'època de l'any.

El 5% de les nostres carns d'au tenen certificat "welfare" que promou el benestar animal.

El 5% Dels nostres ous tenen certificat "welfare" que promou el benestar animal.

Utilitzem Plats tradicionals de les Illes Balears destacats en el text amb lila

Utilitzem Productes ecològics, destacats en el text amb verd

Utilitzem Productes de temporada segons el calendari APAEMA:

* en cas d'al·lèrgies o intoleràncies alimentàries s'adaptarà el menú sempre i quan s'entregui certificat mèdic.

* en cas de dieta blanda i estricta (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.

* en cas de dieta sense carn de porc per creences religioses, se li donarà com a substitució pollastre, indi, vedella, peix o ou.

Per l'elaboració dels menús s'ha tingut en compte : Documento de consenso sobre la alimentación 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.

Informació completa sobre el Reglament Al·lèrgens 1169/2011, 13 de Desembre de 2014 **1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet, lactosa 8 Fruits secs amb closca 9 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12 Diòxid de sofre 13 Tramussos 14 Mol·luscs TR Traces**

PROPUESTAS DE CENAS COMPLEMENTARIAS

cena	VIERNES 2			
	Pollo al horno con pisto y arroz + fruta			
cena	LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8
	Pavo a la plancha con brócoli y patata + fruta	Rape a la plancha con guisantes y maíz + fruta	Humus con crudités + tortilla francesa + fruta	Hamburguesa de ternera con chips de moniato y calabacín + fruta
cena	LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15
	Tortilla de patata con ensalada de tomate y aguacate + fruta	Ensalada de zanahoria y pepino + lomo a la plancha con arroz + fruta	Sopa + merluza con judía verde + fruta	Crep de jamón y champiñones + guacamole + fruta
cena	LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22
	Salsichas de cerdo con arroz y ensalada + fruta	Revuelto de huevo con judía verde y patata + fruta	Melón con jamón + pavo con zanahoria + fruta	Sardinillas fritas con harina + tomate, maíz y quinoa + fruta
cena	LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29
	Contramuslo de pollo con calabaza y patata + fruta	Ensalada de patata con tomate, queso, pepino y aceitunas + fruta	Truita francesa amb arròs i bròquil + fruta	Ensalada + Costillas de cerdo al horno con chips de moniato + fruta
cena	VIERNES 30			
	Crema de zanahoria + Sardinillas al horno + fruta			

MAYO 2025

CON PROPUESTAS DE CENA

GUIA PER A L'ELABORACIÓ DE BERENARS SALUDABLES

BERENAR A CASA

ELS BERENARS HAN DE SER COMPOSTOS PELS SEGÜENTS GRUPS D'ALIMENTS:

FARINACIS (a base de cereals y pseudocereals preferentment integrals tipo pa, avena, quinoa)

LÀCTIC (llets, iogurts, formatges) o **BEGUDES VEGETALS**

FRUITA i/o FRUITS SECS i/o FRUITA SECA

TAMBÉ PODEM AFEGIR VEGETALS I LLEGUMS, LLABORS, OUS I EN OCASIONS ALGÚN EMBUTIT

EXEMPLES PER CASA:

llet + cereals + peça de fruita
 batut de (kiwi o maduixes o taronja, grapat d'espínacs frescos i aigua) + pa moreno amb formatge o humus
 iogurt amb flocs d'avena i trossos de fruita
 llet d'ametlla + pa moreno amb formatge i figues seques
 llet + pa moreno amb mermelada ecològica

EL BERENAR DE L'ESCOLA POT ESTAR COMPOST PELS GRUPS PRINCIPALS DELS ALIMENTS QUE COMPONEN EL 1R BERENAR O PER 3, 2 I FINS I TOT 1 GRUP D'ALIMENTS

MAIG 2025

NO GLUTEN

DINAR				DIJOUS 1	DIVENDRES 2
				FESTIU	FESTIU
DINAR	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
	PURÉ DE CIGRONS AMB CARBASSA LLUÇ A LA PLANXA (4) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS MARINERA (2,4,14) TRUITA DE PATATA (3) AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i olives FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA TROPICAL: lletuga, pinya, alvocat, pastanaga i indiots PASTA SENSE GLUTEN A LA BOLONYESA DE CARN D'AU FRUITA DEL TEMPS	AGUIAT DE MONGETA PINTA AMB Ceba i COL LLUÇ AL FORN AMB ALLETS I PEBRE BORD (4) AMANIDA: lletuga, brots de soja i tomàtiga (6) IOGURT (7)	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE CARN D'AU I VERDURA POLLASTRE AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i beguda de coco) BRÒQUIL I PATATA AL VAPOR FRUITA DEL TEMPS
DINAR	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
	PASTA SENSE GLUTEN A LA NAPOLITANA HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12) AMANIDA: lletuga, cogombre i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ AMB PATATA I XAMPINYONS (4) FRUITA DEL TEMPS	QUINOA AMB VERDURES (ceba, carbassó, pastanaga alls i julivert) "FAJITES SENSE GLUTEN DE CARN D'AU" AMB Ceba PEBRE VERD I VERMELL IOGURT (7)	CUINAT DE CIGRONS POLLASTRE AL FORN AMB PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	PAELLA CEGA DE CARN I VERDURES TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: TREMPÓ (tomàtiga, pebre blanc i ceba) FRUITA DEL TEMPS
DINAR	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE TRUITA DE PATATA I Ceba (3) AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7) FRUITA DEL TEMPS	FIDEUÀ SENSE GLUTEN DE VERDURES INDIOT ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE GLUTEN AMANIDA: lletuga, remolatxa i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS CALDÓS AMB BROU DE CARN I VERDURES LLUÇ AL FORN (4) AMB SALSA DE PEBRES VERMELLS BRÒQUIL I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: tomàtiga, patata, tonyina i olives verdes (4) CONTRES POLLASTRE ROSTIT PASTANAGA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIGRONS LLOM AMB SALSA DE VERDURES ARRÒS BLANC IOGURT (7)
DINAR	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
	ARRÒS 3 DELÍCIOS (indiot, pastanagó i pèsols) LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ (4) AMANIDA: lletuga, i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE CARN I VERDURES AMB CIGRONS TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: iceberg, brots de soja i indiots (6) FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARBASSÓ I PERA AGUIAT DE PORC AMB SALSA VERDURES (ceba, porro i pastanagó) AMB PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN A LA BOLONYESA DE CARN D'AU LLUÇ A L'ESPATLLA (4) AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA GREGA: lletuga, ceba morada, cogombre, formatge, tomàtiga i olives negres (7) INDIOT AMB SALSA DE VERDURES ARRÒS BASMATI IOGURT (7)

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

NO GLUTEN

En aquest menú totes es elaboracions que portin GLUTEN seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES, EL PA I ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. Les lleties d'aquest menú son garantitzades sense gluten. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

NO FRUITS SECS NI MELÓ NI SINDRIA

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

NO FRUITS SECS NI MELO NI SINDRIA

En aquest menú totes es elaboracions que portin FRUITS SECS, MELÓ O SINDRIA seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. Aquest any tenim una gran diversitat d'al·lèrgies, per aquest motiu, per tal de garantir la salut d'aquests infants, evitant qualsevol possible contaminació creuada, hem hagut d'unificar en ocasions els menús dels nins amb al·lèrgies. moltes gràcies per la vostra comprensió. Tots els canvis estan marcats en vermell.

MAIG 2025

NO OU

			DIJOUS 1	DIVENDRES 2
DINAR				FESTIU
	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8
DINAR	PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB CARBASSA (1) LLUÇ A LA PLANXA (4) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS MARINERA (2,4,14) HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12) AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i olives FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA TROPICAL: lletuga, pinya, alvocat, pastanaga i indiots PASTA SENSE GLUTEN A LA BOLONYESA DE CARN D'AU FRUITA DEL TEMPS	AGUIAT DE MONGETA PINTA AMB CEBA I COL LLUÇ AL FORN AMB ALLETS I PEBRE BORD (4) AMANIDA: lletuga, brots de soja i tomàtiga (6) IOGURT (7)
	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN A LA NAPOLITANA HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12) AMANIDA: lletuga, cogombre i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARABASSA I POMA LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ AMB PATATA I XAMPINYONS (4) FRUITA DEL TEMPS	QUINOA AMB VERDURES (ceba, carbassó, pastanaga, alls i julivert) "FAJITES DE CARN D'AU" AMB CEBA PEBRE VERD I VERMELL (1) IOGURT (7)	CUINAT DE CIGRONS POLLASTRE AL FORN AMB PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22
DINAR	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12) AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7) FRUITA DEL TEMPS	FIDEUÀ SENSE GLUTEN DE VERDURES INDIOT ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE GLUTEN AMANIDA: lletuga, remolatxa i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS CALDÓS AMB BROU DE CARN I VERDURES LLUÇ AL FORN (4) AMB SALS DE PEBRES VERMELS BRÒQUIL I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: tomàtiga, patata, tonyina i olives verdes (4) CONTRES POLLASTRE ROSTIT PASTANAGA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29
DINAR	ARRÒS 3 DELÍCIES (indiots, pastanagó i pèsols) LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ (4) AMANIDA: lletuga, i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE CARN I VERDURES AMB CIGRONS POLLASTRE A LA PLANXA AMANIDA: iceberg, brots de soja i indiots (6) FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARBASSÓ I PERA AGUIAT DE PORC AMB SALS VERDURES (ceba, porro i pastanagó) AMB PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN A LA BOLONYESA DE CARN D'AU LLUÇ A L'ESPATLLA (4) AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS
				DIVENDRES 30
				AMANIDA GREGA : lletuga, ceba morada, cogombre, formatge, tomàtiga i olives negres (7) INDIOT AMB SALS DE VERDURES ARRÒS BASMATI IOGURT (7)

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

NO OU

En aquest menú totes es elaboracions que portin OU seràn substituïdes per productes similars a les del menú general: LES PASTES, EL PA I ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

Comensals

COMENSALS MENJADORS ESCOLARS S.L. B57483265
CAMÍ CA'N COLL Nº 8 LOCAL 4 - 07010 URB. SECAR DE LA REAL (PALMA DE MALLORCA) ILLES BALEARS.
TELÈFON 971769031 FAX 971765703
www.comensals.com info@comensals.com



NEUS GOYENECHÉ TARRIDA
Dietista-Nutricionista
Nº Col. 180088

MAIG 2025

NO GLUTEN NI LACTOSA

			DIJOUS 1	DIVENDRES 2	
DINAR				FESTIU 	FESTIU 
	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
DINAR	PURÉ DE CIGRONS AMB CARBASSA LLUÇ A LA PLANXA (4) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS MARINERA (2,4,14) TRUITA DE PATATA (3) AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i olives FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA TROPICAL: lletuga, pinya, alvocat, pastanaga i indiot PASTA SENSE GLUTEN A LA BOLONYESA DE CARN D'AU FRUITA DEL TEMPS	AGUIAT DE MONGETA PINTA AMB CEBA I COL LLUÇ AL FORN AMB ALLETS I PEBRE BORD (4) AMANIDA: lletuga, brots de soja i tomàtiga (6) IOGURT DE SOJA (6)	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE CARN D'AU I VERDURA POLLASTRE AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i beguda de coco) BRÒQUIL I PATATA AL VAPOR FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN A LA NAPOLITANA HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12) AMANIDA: lletuga, cogombre i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARABASSA I POMA LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ AMB PATATA I XAMPINYONS (4) FRUITA DEL TEMPS	QUINOA AMB VERDURES (ceba, carbassó, pastanaga, alls i julivert) "FAJITES SENSE GLUTEN DE CARN D'AU" AMB CEBA PEBRE VERD I VERMELL IOGURT DE SOJA (6)	CUINAT DE CIGRONS POLLASTRE AL FORN AMB PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	PAELLA CEGA DE CARN I VERDURES TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: TREMPÒ (tomàtiga, pebre blanc i ceba) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
DINAR	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE TRUITA DE PATATA I CEBA (3) AMANIDA: TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	FIDEUÀ SENSE GLUTEN DE VERDURES INDIOT ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE GLUTEN AMANIDA: lletuga, remolatxa i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS CALDÓS AMB BROU DE CARN I VERDURES LLUÇ AL FORN (4) AMB Salsa DE PEBRES VERMELS BRÒQUIL I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: tomàtiga, patata, tonyina i olives verdes (4) CONTRES POLLASTRE ROSTIT PASTANAGA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIGRONS LLOM AMB Salsa DE VERDURES ARRÒS BLANC IOGURT DE SOJA (6)
	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
DINAR	ARRÒS 3 DELÍCIES (indiot, pastanagó i pèsols) LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ (4) AMANIDA: lletuga, i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE CARN I VERDURES AMB CIGRONS TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: iceberg, brots de soja i indiot (6) FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARBASSÓ I PERA AGUIAT DE PORC AMB Salsa VERDURES (ceba, porro i pastanagó) AMB PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN A LA BOLONYESA DE CARN D'AU LLUÇ A L'ESPATLLA (4) AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA GREGA : lletuga, ceba morada, cogombre, tomàtiga i olives negres INDIOT AMB Salsa DE VERDURES ARRÒS BASMATI IOGURT DE SOJA (6)

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

NO GLUTEN NI LACTOSA NI PVL

En aquest menú totes es elaboracions que portin GLUTEN, LACTOSA O PROTEINA DE LA LLET DE VACA seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES, EL PA I ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. En aquest menú, tampoc donarem vedella per la similitud de les proteïnes d'aquesta amb la de la PVL. Tots els canvis estan marcats en vermell.

MAIG 2025

NO PEIX NI MARISC

			DIJOUS 1	DIVENDRES 2	
DINAR				FESTIU 	FESTIU 
	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
DINAR	PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB CARBASSA (1) HAMBURGUESA DE CARN D'AU (12) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUÓS AMB PASTANAGA TRUITA DE PATATA (3) AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i olives FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA TROPICAL: lletuga, pinya, alvocat, pastanaga i indiot PASTA A LA BOLONYESA (1,3,6,10) FRUITA DEL TEMPS	AGUIAT DE MONGETA PINTA AMB CEBA I COL LLOM A LA PLANXA AMANIDA: lletuga, brots de soja i tomàtiga (6) IOGURT (7)	SOPA AMB BROU DE CARN D'AU I VERDURA (1,3,6,10) POLLASTRE AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i beguda de coco) BRÒQUIL i PATATA AL VAPOR FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
DINAR	ESPAGUETIS INTEGRALS NAPOLITANA (amb ceba, tomàtiga i herbes provençals) (1,3,6,10) HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12) AMANIDA: lletuga, cogombre i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARABASSA I POMA TOFU ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ AMB PATATA I XAMPINYONS (6) FRUITA DEL TEMPS	QUINOA AMB VERDURES (ceba, carbassó, pastanaga, alls i julivert) "FAJITES DE CARN D'AU" AMB CEBA PEBRE VERD I VERMELL (1) IOGURT (7)	CUINAT DE CIGRONS POLLASTRE AL FORN AMB PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	PAELLA CEGA DE CARN I VERDURES TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: TREMPÓ (tomàtiga, pebre blanc i ceba) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
DINAR	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE TRUITA DE PATATA I CEBA (3) AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7) FRUITA DEL TEMPS	FIDEUS AMB BRÒQUIL I PASTANAGA (1,3,6,10) INDIOT ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE GLUTEN AMANIDA: lletuga, remolatxa i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS CALDÓS AMB BROU DE CARN I VERDURES TOFU AL FORN (6) AMB SALSA DE PEBRES VERMELS BRÒQUIL I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: tomàtiga, patata, i olives verdes CONTRES POLLASTRE ROSTIT PASTANAGA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE LLENTIA (1) LLOM AMB SALSA DE VERDURES BULGUR BULLIT (1) IOGURT (7)
	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
DINAR	ARRÒS 3 DELÍCIES (indiot, pastanagó i pèsols) FALAFEL (1) AMANIDA: lletuga, i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	SOPA FIDEUÍ DE BROU DE CARN I VERDURES AMB CIGRONS (1,3,6,10) TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: iceberg, brots de soja i indiot (6) FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARBASSÓ I PERA AGUIAT DE PORC AMB SALSA VERDURES (ceba, porro i pastanagó) AMB PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS A LA BOLONYESA DE CARN D'AU (1,3,6,10) TOFU A L'ESPATLLA (6) AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA GREGA : lletuga, ceba morada, cogombre, formatge, tomàtiga i olives negres (7) INDIOT AMB SALSA DE VERDURES ARRÒS BASMATI IOGURT (7)

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

NO PEIX NI MARISC

En aquest menú totes es elaboracions que portin PEIX I/O MARISC seràn substituïdes per productes similars a les del menú general.
En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MAIG 2025

NO PEIX NI MARISC NI LACTOSA

DINAR				DIJOUS 1	DIVENDRES 2
				FESTIU	FESTIU
DINAR	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
	PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB CARBASSA (1) HAMBURGUESA DE CARN D'AU (12) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUÓS AMB PASTANAGA TRUITA DE PATATA (3) AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i olives FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA TROPICAL: lletuga, pinya, alvocat, pastanaga i indiots PASTA A LA BOLONYESA (1,3,6,10) FRUITA DEL TEMPS	AGUIAT DE MONGETA PINTA AMB CEBA I COL LLOM A LA PLANXA AMANIDA: lletuga, brots de soja i tomàtiga (6) IOGURT DE SOJA (6)	SOPA AMB BROU DE CARN D'AU I VERDURA (1,3,6,10) POLLASTRE AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i beguda de coco) BRÒQUIL I PATATA AL VAPOR FRUITA DEL TEMPS
DINAR	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
	ESPAGUETIS INTEGRALS NAPOLITANA (amb ceba, tomàtiga i herbes provençals) (1,3,6,10) HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12) AMANIDA: lletuga, cogombre i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARABASSA I POMA TOFU ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ AMB PATATA I XAMPINYONS (6) FRUITA DEL TEMPS	QUINOA AMB VERDURES (ceba, carbassó, pastanaga, alls i julivert) "FAJITES DE CARN D'AU" AMB CEBA PEBRE VERD I VERMELL (1) IOGURT DE SOJA (6)	CUINAT DE CIGRONS POLLASTRE AL FORN AMB PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	PAELLA CEGA DE CARN I VERDURES TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: TREMPÓ (tomàtiga, pebre blanc i ceba) FRUITA DEL TEMPS
DINAR	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE TRUITA DE PATATA I CEBA (3) AMANIDA: TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	FIDEUS AMB BRÒQUIL I PASTANAGA (1,3,6,10) INDIOT ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE GLUTEN AMANIDA: lletuga, remolatxa i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS CALDÓS AMB BROU DE CARN I VERDURES TOFU AL FORN (6) AMB SALSA DE PEBRES VERMELLS BRÒQUIL I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA : tomàtiga, patata, i olives verdes CONTRES POLLASTRE ROSTIT PASTANAGA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE LLENTIA (1) LLOM AMB SALSA DE VERDURES BULGUR BULLIT (1) IOGURT DE SOJA (6)
DINAR	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
	ARRÒS 3 DELÍCIES (indiots, pastanagó i pèsols) FALAFEL (1) AMANIDA: lletuga, i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	SOPA FIDEUÍ DE BROU DE CARN I VERDURES AMB CIGRONS (1,3,6,10) TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: iceberg, brots de soja i indiots (6) FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARBASSÓ I PERA AGUIAT DE PORC AMB SALSA VERDURES (ceba, porro i pastanagó) AMB PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS A LA BOLONYESA DE CARN D'AU (1,3,6,10) TOFU A L'ESPATLLA (6) AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA GREGA : lletuga, ceba morada, cogombre, tomàtiga i olives negres INDIOT AMB SALSA DE VERDURES ARRÒS BASMATI IOGURT DE SOJA (6)

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

NO PEIX NI MARISC NI LACTOSA NI PVL (ni vedella)

En aquest menú totes es elaboracions que portin LACTOSA O PROTEINA DE LA LLET DE VACA, PEIX I MARISC seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. En el menú tampoc es donarà vedella, per la seva similitud amb la pvl. Aquest any tenim una gran diversitat d'al·lèrgies, per aquest motiu, per tal de garantir la salut d'aquests infants, evitant qualsevol possible contaminació creuada, hem hagut d'unificar en ocasions els menús dels nins amb al·lèrgies moltes gràcies per la vostra comprensió. Tots els canvis estan marcats en vermell.

MAIG 2025

DIABETICA 5,5R. NO PEIX NI MARISC

DINAR				DIJOUS 1	DIVENDRES 2
				FESTIU 	FESTIU 
DINAR	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
	PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB CARBASSA (1) 4R: (3R: 150g de lletia bullida + 1R: 65g de patata bullida)	ARRÒS BRUÒS AMB PASTANAGA 3R: 120g d'arròs integral bullit o 114g d'arròs blanc bullit	AMANIDA TROPICAL: lletuga, pinya, alvocat, pastanaga i indiots	AGUIAT DE MONGETA PINTA AMB Ceba i COL 4R: (3R, 165g de mongeta bullida + 1R, 65g de patata bullida)	SOPA AMB BROU DE CARN D'AU I VERDURA (1,3,6,10) 3R (135g de pasta bullida)
	HAMBURGUESA DE CARN D'AU (12)	TRUITA DE PATATA 1R: 120g de truita de patata	PASTA INTEGRAL A LA BOLONYESA DE CARN D'AU 4R: 180g de pasta integral bullida	LLOM A LA PLANXA	POLLASTRE AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanaga, poma, curri i beguda de coco)
	AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies	AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i olives		AMANIDA: lletuga, brots de soja i tomàtiga (6)	BRÒQUIL i PATATA AL VAPOR 1R: 65g de patata bullida
DINAR	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	IOGURT sencer de sabors 1,5R (125g de iogurt) (7)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)
	NO PA	NO PA	NO PA	NO PA	NO PA
	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
	ESPAGUETIS INTEGRALS NAPOLITANA (amb ceba, tomàtiga i herbes provençals) (1,3,6,10) 4R: 180g de pasta integral bullida	CREMA DE CARABASSA I POMA 2R: (1R: 200g de verdura + 1R: 65g de patata bullida)	QUINOA AMB VERDURES (ceba, carbassó, pastanaga, alls i julivert) 4R: 192g de quinoa bullida	AGUIAT DE CIGRONS: espinacs, pastanaga, ceba, bledes 4R: (3R, 165g de cigrons bullits + 1R, 65g de patata bullida)	PAELLA CEGA DE CARN I VERDURES 4R: 160g d'arròs integral bullit o 152g d'arròs blanc bullit
DINAR	HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12)	TOFU AMB PATATA I XAMPINYONS (6) 2R: 70g de patata al forn	INDIOT A LA PLANXA AMB Ceba PEBRE VERD I VERMELL	POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA	TRUITA FRANCESA (3)
	AMANIDA: lletuga, cogombre i tomàtiga				AMANIDA: TREMPÓ (tomàtiga, pebre blanc i ceba)
	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	IOGURT sencer de sabors 1,5R (125g de iogurt) (7)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)
	NO PA	NO PA	NO PA	NO PA	NO PA
DINAR	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE 3R: (1R: 200g de verdura + 2R: 130g de patata bullida)	FIDEUS AMB BRÒQUIL I PASTANAGA (1,3,6,10) 4R: 180g de pasta integral bullida	ARRÒS CALDÓS AMB BROU DE CARN I VERDURES 4R: 160g d'arròs integral bullit o 152g d'arròs blanc bullit	AMANIDA DE PATATA SENSE TONYINA : tomàtiga, patata i olives verdes 4R: 260g de patata bullida	CUINAT DE LLENTIES (1) 4R: (3R: 150g de lletia bullida + 1R: 65g de patata bullida)
	TRUITA DE PATATA 1R: 120g de truita de patata	INDIOT A LA PLANXA	TOFU AL FORN (6) AMB Salsa de PEBRES VERMELS	CONTRES POLLASTRE ROSTIT	LLOM AMB Salsa de VERDURES
	AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7)	AMANIDA: lletuga, remolatxa i blat de les índies	BRÒQUIL	AMANIDA	
	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	IOGURT sencer de sabors 1,5R (125g de iogurt) (7)
DINAR	NO PA	NO PA	NO PA	NO PA	NO PA

MAIG 2025

DIABETICA 5,5R. NO PEIX NI MARISC

	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
DINAR	ARRÒS 3 DELÍCIES (indiot, pastanagó i pèsols) 4R: 160g d'arròs integral bullit o 152g d'arròs blanc bullit	SOPA FIDEUÍ DE BROU DE CARN I VERDURES AMB CIGRONS (1,3,6,10) 4R:(3R, 135g de pasta bullida + 1R, 55g de cigrons bullits)	PURÉ DE CARBASSÓ I PERA 2R: (1R: 200g de verdura + 1R: 65g de patata bullida)	MACARRONS A LA BOLONYESA DE CARN D'AU (1,3,6,10) 4R: 180g de pasta integral bullida	AMANIDA GREGA : lletuga, ceba morada, cogombre, formatge, tomàtiga i olives negres (7)
	POLLASTRE A LA PLANXA	TRUITA FRANCESA (3)	AGUIAT DE PORC AMB SALSAS VERDURES (ceba, porro i pastanagó) AMB PATATA AL FORN 2R: 70g de patata al forn	TOFU A L'ESPATLLA (6)	INDIOT AMB SALSAS DE VERDURES
	AMANIDA: lletuga, i tomàtiga	AMANIDA: iceberg, brots de soja i indiots (6)		AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies	ARRÒS INTEGRAL 4R: 160g d'arròs integral o 152g d'arròs blanc bullit
	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	FRUITA 1,5 R (mirar les taules)	IOGURT sencer de sabors 1,5R (125g de iogurt) (7)
	NO PA	NO PA	NO PA	NO PA	NO PA

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

NO PEIX NI MARISC

En aquest menú totes es elaboracions que portin PEIX I/O MARISC seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

Utilitzem les taules de les racions d'HIDRATS DE CARBONI de la "FUNDACIÓN PARA LA DIABETES"

1R FRUITA:	1,5R FRUITA	2R FRUITA
200g SINDRIA	300g	400g
200g MELO	300g	400g
150g ALBERCOC	225g	300g
100g NECTARINA	150g	200g
100g PRUNA	150g	200g
100g POIMA	150g	200g
100g MANARINA	150g	200g
100g PRÉSSEC	150g	200g
200g MADUIXES	300g	400g
100g PERA	150g	200g
100g TARONJA	150g	200g
100g PINYA (2 rodanxes)	150g	200g
100g PRUNA	150g	200g
50g PLATAN	75g	100g

* la pasta sense gluten conté 13g de carbohidrat per 1R

*Els canvis referents a les racions d'hidrats de carboni estan marcats en blau.

* Si hi ha canvis del menú basal, aquests estan marcats amb vermell. Aquests són fets expressament per

MAIG 2025

NO CARN

			DIJOUS 1	DIVENDRES 2	
DINAR				FESTIU 	FESTIU 
	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
DINAR	PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB CARBASSA (1) RABES DE CALAMAR (1,2,4,3,6,7,9,10,14) AMANIDA: Iletuga, tomàtiga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS MARINERA (2,4,14) TRUITA DE PATATA (3) AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i olives FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA TROPICAL: Iletuga, pinya, alvocat, pastanaga PASTA A LA BOLONYESA DE SOJA TEXTURITZADA (1,3,6,10) FRUITA DEL TEMPS	AGUIAT DE MONGETA PINTA AMB CEBA I COL LLUÇ AL FORN AMB ALLETS I PEBRE BORD (4) AMANIDA: Iletuga, brots de soja i tomàtiga (6) IOGURT (7)	SOPA AMB BROU DE VERDURA (1,3,6,10) TOFU AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i beguda de coco) (6) BRÒQUIL I PATATA AL VAPOR FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
DINAR	ESPAGUETIS INTEGRALS NAPOLITANA (amb ceba, tomàtiga i herbes provençals) (1,3,6,10) HAMBURGUESA VEGANA (6) AMANIDA: Iletuga, cogombre i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARABASSA I POMA LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ AMB PATATA I XAMPINYONS (4) FRUITA DEL TEMPS	QUINOA AMB VERDURES (ceba, carbassó, pastanaga alls i julivert) "FAJITES DE VERDURES" AMB CEBA PEBRE VERD I VERMELL (1) IOGURT (7)	CUINAT DE CIGRONS TOFU ROSTIT AMB PATATA ROSTIDA (6) FRUITA DEL TEMPS	PAELLA CEGA DE VERDURES TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: TREMPÒ (tomàtiga, pebre blanc i ceba) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
DINAR	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE TRUITA DE PATATA I CEBA (3) AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7) FRUITA DEL TEMPS	FIDEUÀ DE MUSSOLA (1,2,3,4,6,10) CROQUETES D'ESPINACS (1,2,3,4,6,7,9,14) AMANIDA: Iletuga, remolatxa i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS CALDÓS AMB BROU DE VERDURES LLUÇ AL FORN (4) AMB SALSA DE PEBRES VERMELLS BRÒQUIL I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: tomàtiga, patata, tonyina i olives verdes (4) HAMBURGUESA VEGANA (6) PASTANAGA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE LLENTIA (1) HEURA AMB SALSA DE VERDURES (6) BULGUR BULLIT (1) IOGURT (7)
	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
DINAR	ARRÒS 2 DELÍCIES (pastanagó i pèsols) LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ (4) AMANIDA: Iletuga, i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	SOPA AMB BROU DE VERDURES AMB CIGRONS (1,3,6,10) TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: iceberg, brots de soja (6) FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARBASSÓ I PERA AGUIAT DE PILOTES VEGANES AMB SALSA VERDURES (ceba, porro i pastanagó) AMB PATATA AL FORN (6) FRUITA DEL TEMPS	PASTA AMB SALSA DE TOMÀTIGA (1,3,6,10) LLUÇ A L'ESPATLLA (4) AMANIDA: Iletuga, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA GREGA : Iletuga, ceba morada, cogombre, formatge, tomàtiga i olives negres (7) HEURA AMB SALSA DE VERDURES (6) ARRÒS BASMATI IOGURT (7)

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 sulfit 13 Altramusos 14 Moluscs

NO CARN

En aquest menú totes es elaboracions que portin CARN seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. Tots els canvis estan marcats en vermell.

MAIG 2025

NO OU NI LACTOSA

DINAR				DIJOUS 1	DIVENDRES 2
				FESTIU	FESTIU
DINAR	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
	PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB CARBASSA (1) LLUÇ A LA PLANXA (4) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS MARINERA (2,4,14) HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12) AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i olives FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA TROPICAL: lletuga, pinya, alvocat, pastanaga i indiots PASTA SENSE GLUTEN A LA BOLONYESA DE CARN D'AU FRUITA DEL TEMPS	AGUIAT DE MONGETA PINTA AMB CEBA I COL LLUÇ AL FORN AMB ALLETS I PEBRE BORD (4) AMANIDA: lletuga, brots de soja i tomàtiga (6) IOGURT DE SOJA (6)	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE CARN D'AU I VERDURA POLLASTRE AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i beguda de coco) BRÒQUIL I PATATA AL VAPOR FRUITA DEL TEMPS
DINAR	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
	PASTA SENSE GLUTEN A LA NAPOLITANA HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12) AMANIDA: lletuga, cogombre i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARABASSA I POMA LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ AMB PATATA I XAMPINYONS (4) FRUITA DEL TEMPS	QUINOA AMB VERDURES (ceba, carbassó, pastanaga i julivert) "FAJITES DE CARN D'AU" AMB CEBA PEBRE VERD I VERMELL (1) IOGURT DE SOJA (6)	CUINAT DE CIGRONS POLLASTRE AL FORN AMB PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	PAELLA CEGA DE CARN I VERDURES LLOM A LA PLANXA AMANIDA: TREMPÓ (tomàtiga, pebre blanc i ceba) FRUITA DEL TEMPS
DINAR	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12) AMANIDA: TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	FIDEUÀ SENSE GLUTEN DE VERDURES INDIOT ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE GLUTEN AMANIDA: lletuga, remolatxa i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS CALDÓS AMB BROU DE CARN I VERDURES LLUÇ AL FORN (4) AMB SALSA DE PEBRES VERMELLS BRÒQUIL I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: tomàtiga, patata, tonyina i olives verdes (4) CONTRES POLLASTRE ROSTIT PASTANAGA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE LLENTIA (1) LLOM AMB SALSA DE VERDURES BULGUR BULLIT (1) IOGURT DE SOJA (6)
DINAR	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
	ARRÒS 3 DELÍCIES (indiots, pastanagó i pèsols) LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ (4) AMANIDA: lletuga, i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE CARN I VERDURES AMB CIGRONS POLLASTRE A LA PLANXA AMANIDA: iceberg, brots de soja i indiots (6) FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARBASSÓ I PERA AGUIAT DE PORC AMB SALSA VERDURES (ceba, porro i pastanagó) AMB PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN A LA BOLONYESA DE CARN D'AU LLUÇ A L'ESPATLLA (4) AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA GREGA : lletuga, ceba morada, cogombre, tomàtiga i olives negres INDIOT AMB SALSA DE VERDURES ARRÒS BASMATI IOGURT DE SOJA (6)

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

NO OU NI LACTOSA NI PVL

En aquest menú totes es elaboracions que portin OU, LACTOSA O PROTEINA DE LA LLET DE VACA I OU seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. EN aquest menú tampoc hi haurà vedella. LES PASTES, EL PA I ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. Aquest any tenim una gran diversitat d'al·lèrgies, per aquest motiu, per tal de garantir la salut d'aquests infants, evitant qualsevol possible contaminació creuada, hem hagut d'unificar en ocasions els menús dels nins amb al·lèrgies: moltes gràcies per la vostra comprensió. Tots els canvis estan marcats en vermell.

MAIG 2025

NO LLEGUM NI MONGETA VERDA

			DIJOUS 1	DIVENDRES 2	
DINAR				FESTIU 	FESTIU 
	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
DINAR	PURÉ DE CARBASSA LLUÇ A LA PLANXA (4) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS MARINERA (2,4,14) SENSE PÈSOLS TRUITA DE PATATA (3) AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i olives FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA TROPICAL: lletuga, pinya, alvocat, pastanaga i indiot PASTA SENSE GLUTEN A LA BOLONYESA DE CARN D'AU FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN SALTEJADA AMB OLI I SAL LLUÇ AL FORN AMB ALLETS I PEBRE BORD (4) AMANIDA: lletuga, i tomàtiga IOGURT (7) FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE CARN D'AU I VERDURA POLLASTRE AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i beguda de coco) BRÒQUIL I PATATA AL VAPOR FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN A LA NAPOLITANA HAMBURGUESA DE POLLASTRE A LA PLANXA (12) AMANIDA: lletuga, cogombre i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA I POMA LLUÇ AL FORN AMB PATATA I XAMPINYONS (4) FRUITA DEL TEMPS	QUINOA AMB VERDURES (ceba, carbassó, pastanaga alls i julivert) "FAJITES SENSE GLUTEN DE CARN D'AU" AMB Ceba PEBRE VERD I VERMELL IOGURT (7)	CREMA DE CARBASSA POLLASTRE AL FORN AMB PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	PAELLA CEGA DE CARN I VERDURES SENSE PÈSOLS NI MONGETA VERDA TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: TREMPÓ (tomàtiga, pebre blanc i ceba) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
DINAR	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE TRUITA DE PATATA I Ceba (3) AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7) FRUITA DEL TEMPS	FIDEUÀ SENSE GLUTEN DE VERDURES INDIOT ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE GLUTEN NI LLEGUM AMANIDA: lletuga, remolatxa i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS CALDÓS AMB BROU DE CARN I VERDURES LLUÇ AL FORN (4) AMB SALSA DE PEBRES VERMELS BRÒQUIL I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: tomàtiga, patata, tonyina i olives verdes (4) CONTRES POLLASTRE ROSTIT PASTANAGA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA LLOM AMB SALSA DE VERDURES SENSE PÈSOLS NI MONGETA VERDA BULGUR BULLIT (1) IOGURT (7)
	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
DINAR	ARRÒS 2 DELÍCIES (indiot, pastanagó) LLUÇ A LA PLANXA (4) AMANIDA: lletuga, i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	SOPA SENSE GLUTEN AMB BROU DE CARN I VERDURES TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: iceberg i indiot FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARBASSÓ I PERA AGUIAT DE PORC AMB SALSA VERDURES (ceba, porro i pastanagó) AMB PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN A LA BOLONYESA DE CARN D'AU LLUÇ A L'ESPATLLA (4) AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA GREGA : lletuga, ceba morada, cogombre, formatge, tomàtiga i olives negres (7) INDIOT AMB SALSA DE VERDURES ARRÒS BASMATI IOGURT (7)

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

NO LLEGUM NI MONGETA VERDA

En aquest menú totes es elaboracions que portin LLEGUM I MONGETA VERDA seran substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES seran sense GLUTEN, ja que la pasta que utilitzem porta traces de soja. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

MAIG 2025

NO PINYA NI KIWI

			DIJOUS 1	DIVENDRES 2	
DINAR				FESTIU 	FESTIU 
	DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
DINAR	PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB CARBASSA (1) RABES DE CALAMAR (1,2,4,3,6,7,9,10,14) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS MARINERA (2,4,14) TRUITA DE PATATA (3) AMANIDA: Fulles de roure, pastanaga i olives FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA TROPICAL: lletuga, alvocat, pastanaga i indiots PASTA A LA BOLONYESA (1,3,6,10) FRUITA DEL TEMPS	AGUIAT DE MONGETA PINTA AMB CEBA I COL LLUÇ AL FORN AMB ALLETS I PEBRE BORD (4) AMANIDA: lletuga, brots de soja i tomàtiga (6) IOGURT (7)	SOPA AMB BROU DE CARN D'AU I VERDURA (1,3,6,10) POLLASTRE AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i beguda de coco) BRÒQUIL i PATATA AL VAPOR FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
DINAR	ESPAGUETIS INTEGRALS NAPOLITANA (amb ceba, tomàtiga i herbes provençals) (1,3,6,10) HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12) AMANIDA: lletuga, cogombre i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARABASSA I POMA LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ AMB PATATA I XAMPINYONS (4) FRUITA DEL TEMPS	QUINOA AMB VERDURES (ceba, carbassó, pastanaga alls i julivert) "FAJITES DE CARN D'AU" AMB CEBA PEBRE VERD I VERMELL (1) IOGURT (7)	CUINAT DE CIGRONS POLLASTRE AL FORN AMB PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	PAELLA CEGA DE CARN I VERDURES TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: TREMPÒ (tomàtiga, pebre blanc i ceba) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
DINAR	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE TRUITA DE PATATA I CEBA (3) AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7) FRUITA DEL TEMPS	FIDEUÀ DE MUSSOLA (1,2,3,4,6,10) CROQUETES DE POLLASTRE (1,2,3,4,6,7,9,14) AMANIDA: lletuga, remolatxa i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS CALDÓS AMB BROU DE CARN I VERDURES LLUÇ AL FORN (4) AMB SALSA DE PEBRES VERMELLS BRÒQUIL I PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA: tomàtiga, patata, tonyina i olives verdes (4) CONTRES POLLASTRE ROSTIT PASTANAGA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE LLENTIA (1) LLOM AMB SALSA DE VERDURES BULGUR BULLIT (1) IOGURT (7)
	DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
DINAR	ARRÒS 3 DELÍCIES (indiots, pastanagó i pèsols) LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ (4) AMANIDA: lletuga, i tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	SOPA FIDEUÍ DE BROU DE CARN I VERDURES AMB CIGRONS (1,3,6,10) TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: iceberg, brots de soja i indiots (6) FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARBASSÓ I PERA AGUIAT DE PORC AMB SALSA VERDURES (ceba, porro i pastanagó) AMB PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS A LA BOLONYESA DE CARN D'AU (1,3,6,10) LLUÇ A L'ESPATLLA (4) AMANIDA: lletuga, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA GREGA : lletuga, ceba morada, cogombre, formatge, tomàtiga i olives negres (7) INDIOT AMB SALSA DE VERDURES ARRÒS BASMATI IOGURT (7)

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

NO PINYA NI KIWI

En aquest menú totes es elaboracions que PINYA O KIWI seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. Tots els canvis estan marcats en vermell.