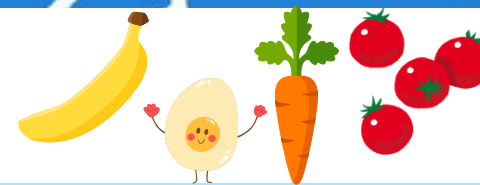










# ESCOLA ABRIL 2026

Nutricionista Neus Goyeneche Tarrida 980088



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		<b>PASTA NAPOLITANA</b> 1 (1,3,6,10) <b>PANADES CASOLANES</b> (1,3,7) <b>AMANIDA:</b> lletuga, pastanaga i olives <b>CREPELLS</b> (1,3,6,7)	 2	 3
 6	 7	 8	 9	 10
<b>TALLARINS INTEGRALS</b> 13 <b>A LA CARBONARA</b> (1,3,6,7,10) <b>LLUÇ ARREBOSSAT</b> (1,3,4,2,14,7,6,10) <b>AMANIDA:</b> lletuga, cogombre i blat <b>FRUITA</b>	<b>VICHYSOISE</b> 14 <b>PILOTES AMB SALSA DE</b> <b>TOMÀTIGA I CUSCÚS</b> (1) <b>FRUITA</b>	<b>ARRÒS DE PEIX</b> (4,9) 15 <b>TRUITA DE PATATA I</b> <b>CARBASSÓ</b> (3) <b>AMANIDA:</b> lletuga, tomàtiga i formatge (7) <b>FRUITA</b>	<b>AMANIDA PAGESA</b> 16 <b>AMB TONYINA</b> (4) <b>POLLASTRE ROSTIT AMB</b> <b>MONGETA VERDA</b> <b>SALTEJADA</b> <b>FRUITA</b>	<b>CUINAT DE LLENTIES</b> (1) 17 <b>LLEGUADO AL FORN AMB</b> <b>ALL I JULIVERT</b> (4) <b>AMANIDA:</b> lletuga, pastanaga i brots de soja <b>IOGURT</b> (7)
<b>ARRÒS AMB SALSA DE</b> 20 <b>TOMÀTIGA</b> <b>TRUITA DE PATATA</b> (3) <b>AMANIDA:</b> lletuga, col ombarda i pastanaga ratllada <b>FRUITA</b>	<b>AMANIDA DE PASTA</b> 21 <b>(1,3,6,10):</b> tomàtiga, olives, blat de les indies i d'aus d'indi <b>POLLASTRE A LA PLANXA</b> <b>AMB PISTO</b> <b>FRUITA</b>	<b>CUINAT DE MONGETA</b> 22 <b>BLANCA</b> <b>SALMÓ AL FORN</b> (4) <b>AMANIDA:</b> Capresse (7) <b>IOGURT</b> (7)	<b>CREMA DE CARABASSA</b> 23 <b>POMA</b> <b>LLOM AMB SALSA DE</b> <b>XAMPINYONS I PATATA</b> <b>ROSTIDA</b> <b>FRUITA</b>	<b>CIGRONS TREMPATS</b> 24 <b>patata</b> (local), tonyina, ou bullit, olives negres i tomàtiga(3,4) <b>LLUÇ A LA PLANXA AMB</b> <b>LLIMONA</b> (4) <b>AMB BRÒQUIL AL</b> <b>VAPOR</b> <b>FRUITA</b>
<b>ESPAGUETIS SALTEJATS</b> 27 <b>AMB INDIOT, ALL, OLI I</b> <b>ORENGA</b> (1,3,6,10) <b>LLUÇ AL FORN</b> (4) <b>AMANIDA:</b> lletuga, tomàtiga i blat de les indies <b>FRUITA</b>	<b>PAELLA MIXTA DE</b> 28 <b>POLLASTRE I SÈPIA</b> (4,9,14) <b>TRUITA FRANCESA</b> (3) <b>AMANIDA:</b> Fulles de roure, canònges, tomàtiga i olives <b>FRUITA</b>	<b>SOPA DE FIDEUS AMB</b> 29 <b>CIGRONS</b> (1,3,6,10) <b>SALSITXES MIXTES</b> <b>AMANIDA:</b> tomàtiga, lletuga i alvocat <b>FRUITA</b>	<b>PURÉ DE LLENTIA</b> 30 <b>VERMELLA AMB</b> <b>CARABASSA</b> (1) <b>LLUÇ AL FORN AMB</b> <b>ALLET'S I PEBRE BORD</b> (4) <b>PATATA AL FORN</b> <b>IOGURT</b> (7)	

# Comensals

— MENJADORS ESCOLARS —

des de 1970

Productes de temporada ABRIL SEGONS APAEMA : all tendre, bleda, carxofa, cirera, col, coliflor, bròquil, enciam, espinacs, fraula, grells, llimona, nispro, pastanaga, pèsols i taronja.

## INFORMACIÓ SOBRE ELS NOSTRES MENÚS

- Acompanyem els àpats amb aigua embotellada i pa moreno de forn de llenya. Aquest pa es donarà integral com a mínim 2 pics a la setmana.
- Utilitzem oli d'oliva extra verjo premsat amb fred per amanir i oli d'oliva verge o oli de girasol alt en oleic per cuinar o fregir.
- Els nostres iogurts contenen menys de 12,3g de sucre per cada 100 ml.
- En cas d'utilitzar sal, aquesta sempre serà iodada. Per tal de reduir el consum de sal, utilitzem espècies de comerç just.
- No utilitzem brous concentrats ni potenciadors de sabors, però en cas que per alguna excepció els utilitzéssim, aquests serien amb un 25% reduïts en sal.
- En cas que s'ofereixi un producte precuinat, aquest es limitarà a 1 al mes.
- No oferim fruits secs sencers en els menors de 6 anys pel seu risc d'asfíxia.
- En ocasions oferim arròs i pasta integral per millorar el seu valor nutricional.
- En ocasions combinem llegum i cereal per aportar una proteïna d'alt valor biològic d'origen vegetal.
- El nostre lluç té certificat MSC (pesca sostenible).
- El 5% de les carns i ous que empleem tenen certificat WELFAIR (benestar animal)
- Adaptem els menús: En cas d'al·lèrgia o intolerància alimentària sempre que s'entregui certificat mèdic que ho acrediti i per motius ètics o religiosos. (Dispossem de CERTIFICAT HALAL.)
- Destacam amb color: 10% dels nostres productes són locals, de proximitat i km0 (pa moreno, fuita i verdures), Plats tradicionals de les Illes Balears, 10% productes ecològics (una vegada al mes, panet integral), 70% pastes i arrossos integrals
- Per l'elaboració dels nostres menús treballem amb els següents documents vigents: "DOCUMENTO DE CONSENSO SOBRE LA ALIMENTACIÓN EN CENTROS EDUCATIVOS", el Decret (BOIB) 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears i el nou reial decret (BOE) 315/2025, de 15 d'abril, pel qual s'estableixen normes de desplegament de la Llei 17/2011, de 5 de juliol, de seguretat alimentària i nutrició, per al foment d'una alimentació saludable i sostenible en centres educatius.

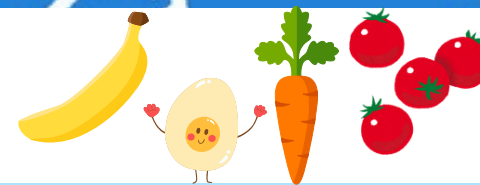
Reglament al·lèrgens 1169/2011, 13 de desembre de 2014: 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet, lactosa 8 Fruits secs amb closca 9 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12 Diòxid de sofre 13 Tramussos 14 Mol·luscs TR Traces







# PROPOSTES DE SOPAR

## ABRIL 2026

Nutricionista Neus Goyeneche Tarrida IB0088



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Crema de verdures + indiots a la planxa amb bròquil + fruita	2 	3 
6 	7 	8 	9 	10 
13 Ous ferrats amb coliflor i patata + fruita	14 Peix al forn amb pastanaga i pèsols + fruita	15 Indiots a la planxa amb patata i bròquil + fruita	16 Humus + truita de patata amb xampinyons + fruita	17 Salsitxes amb arròs i tomàtiga + fruita
20 Daurada a la planxa amb moniato i carbassó + fruita	21 Puré de verdures amb patata + ou dur bullit + fruita	22 "fajitas" de pollastre amb verdura + fruita	23 Boquerons amb tempura + cuscús amb verdures + fruita	24 Sopa + truita francesa amb amanida + fruita
27 Pollastre a la planxa amb xampinyons i patata + fruita	28 Mongeta verda amb patata + rap a la planxa + fruita	29 Truita de patata amb pèsols + fruita	30 Amanida + pa amb oli de formatge + fruita	