

Escoles

Menú General

juny de 2024

El dinar s'acompanya de pa del Fom de Binissalem i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred per trempar

Las fruites del mes de juny són: albercocs, cíteres, freses, melicotó, nectarina, nispro, poma, pera, prunes, plàtan, taronja, síndria.

Les hortalisses del mes de juny són: albergínia, bledes, bròquil, carabassó, cogombre, espinacs, mongetes tendres, pebres, pastanaga, porros, rave, tomàtiga.

Hortalisses de producció integrada de proximitat. Fruita ecològica 1 pic a la setmana, carabassa o porro ecològic, lletuga ecològica 1 pic a la setmana

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (ceba, tomàtiga, mongeta tendre, carabassa ecològica) (1)	TALLARINS AL PESTO (1,3,7,8)	CREMA DE VERDURES I LLEGUM (ceba, carabassó , pastanaga , mongetes tendres, lletia vermella)	ARRÒS AMB VERDURES (pèsols, pebre vermell , xampinyons, pastanaga)	FIDEUS PAGESOS (cam de xot, ceba, tomàtiga, mongetes tendres, carxofes) (1,3)
TRUITA DE PATATA I CARABASSÓ (3)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	HAMBURGUESA VEGETAL (1,3,7,9)	HOKI AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)	INDIOT AL FORN AMB CEBA
ENSALADA ESTIVAL (iceberg, roure, tomàtiga, pastanaga , olives verdes)	ENSALADA MEDITERRÀNIA (lletuga ecològica , tomàtiga cicerol, geminats) (6)	PATATES AL FORN	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (romana , pastanaga)	XAMPINYONS I PASTANAGA
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb samfaina de verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Tabulé de cuscús i calamar amb picada / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita amb pa integral / Fruita	Suggeriment de sopar: Ciurons trempats amb patata, mongetes, pastanaga / Fruita	Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb aròs i ensalada / Fruita
10	11	12	13	14
ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA	SOPA DE BROU DEL PEIX (1,2,3,4,14)	CIURONS SALTATS AMB VERDURES (pebre vermell , carabassó) I CUSCUS (1)	CREMA DE CARABASSÓ (carabassó , ceba, porro ecològic , patata)	ESPIRALS D'ESTIU (tomàtiga, blat de les índies, olives negres, ou, fomatge) (1,3,7)
MEDALLONS DE LLUÇ AL FORN AMB PICADA (4)	TRUITA DE PATATES (3)	SALSITXES DE PORC (6,7,12)	PITERA DE POLLASTRE AMB SALSA AL PEBRE (1,2,3,4,5,7,8,9)	SALMÓ AL FORN A LA LLIMONA (4)
ENSALADA 4 ESTACIONS (romana , mesclum, pastanaga)	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg , roure, tomàtiga)	PASTANAGA I COLFLORI AL VAPOR	ARRÒS BLANC	ENSALADA PRIMAVERA (lletuga ecològica , ceba, tomàtiga, olives, cogombre)
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica
Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb carabassó al pesto / Fruita	Suggeriment de sopar: Bacallà al fom amb patata, verdures i salsa de tomàtiga /	Suggeriment de sopar: Ensalada variada d'aròs amb fomatge i nous / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i ous bullits amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada / Fruita
17	18	19	20	21
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (ceba, tomàtiga, mongeta tendre, carabassa ecològica) (1)	ARRÒS SEC DE VERDURES (porro ecològic , pebre vermell , pastanaga)	ENSALADA GREGA (fulles de roure, mesclum, pastanaga, blat de les índies, olives negres, orenga, fomatge) (7)	CREMA DE VERDURES I LLEGUM (ceba, carabassó , pastanaga , mongetes tendres, lletia vermella) AMB CROSTONS (1)	Menú Especial Fi de curs
TRUITA A LA FRANCESA (3)	BACALLÀ ARREBOSSAT (1,2,4,7,14)	LLOM DE PORC	FILET DE LLUÇ AL FORN (4)	
ENSALADA DE CANONGES (iceberg , canonges, tomàtiga, pastanaga , olives verdes)	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (romana , pastanaga)	TUMBET MALLORQUÍ	ENSALADA MEDITERRÀNIA (lletuga ecològica , tomàtiga cicerol, geminats) (6)	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Quínoa saltada amb verdures i fomatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Bullit de verdures i patata amb ou / Fruita	Suggeriment de sopar: Tonyina a la planxa amb tabulé de cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i ous romputs amb patata / Fruita	Macarrons integrals a la Bolonyesa (1,3)
				Nuggets de Pollastre (1) amb Patates xips
				Natilles (7)
				Tacos mexicans variats / Fruita

Que passeu un bon i profitós estiu !



Llegenda d'al·lèrgens presents:

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