



CEIP **Menú General mes de** **juny de 2022**

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.

		DIMECRES	1	DIJOUS	2	DIVENDRES	3		
		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)		PURÉ DE CARABASSA (carabassa, pastanaga, porros, patata)		ARRÒS DELICIES DE LA MAR (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols i gamba) (2)			
		ANELLS DE LLUÇ ARREBOSSAT (1,3,4)		SALSITXES DE PORC (6,7,12)		PITERA DE POLLASTRE AMB CEBA			
		PATATES ROSTIDES		ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		ENSALADA GREGA (fulles de roure, orenga, olives negres, formatge tendre) (7)			
		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA			
		Suggeriment de sopar: Ous bullits amb arròs i verdures		Suggeriment de sopar: Pasta de llegum amb verdures		Suggeriment de sopar: Quiche variat			
DILLUNS	6	DIMARTS	7	DIMECRES	8	DIJOUS	9	DIVENDRES	10
CUINAT DE MONGETES PINTADES AMB VERDURES		TALLARINS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)		PURÉ DE PASTANAGÓ I LLEGUMS		ENSALADA DE PASTA (blat de les índies, tonyina i olives) (1,3,4)		ARRÒS AMB SALS DE TOMÀTIGA	
LIBRETS D'INDIOT AMB FORMATGE I CUIXOT (1,3,7)		LLOM DE LLUÇ AL FORN (4)		PILOTES DE CARN MIXTA (1,7,6,12)		BACALLÀ AMB PEBRES TORRATS(4)		TRUITA DE PATATA (3)	
ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, blat de les índies, olives negres)		ENSALADA CAPRESE (mesclum, tomàtiga, alfabaguera, orenga, olives negres, formatge tendre) (7)		SALSA DE VERDURES I ARRÒS		MINESTRA DE VERDURES		ENSALADA PRIMAVERA (iceberg, ceba, tomàtiga, cogombre, olives)	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)	
Suggeriment de sopar: Bullit de patata, verdures i ou		Suggeriment de sopar: Ciurons mexicans		Suggeriment de sopar: Ensalada amb crostons i llençolada		Suggeriment de sopar: Verdures amb quinoa i pollastre		Suggeriment de sopar: Pizza casolana	
DILLUNS	13	DIMARTS	14	DIMECRES	15	DIJOUS	16	DIVENDRES	17
ESPIRALS DE PASTA GRATINADES (1,3,7)		CIURONS AMB VERDURES I CUSCÚS (1)		ENSALADA DE PATATA (tomàtiga, pebre, olives negres, tonyina, ou) (3,4)		PURÉ DE CARABASSÓ (ceba, porros, carbassó, patata)		ENSALADA CESAR (lletuga romana, pollastre, pamesà, crostons de pa) (1,7)	
NUGGETS DE POLLASTRE (1,3)		TRUITA DE PATATA I CARABASSÓ (3)		HOKI A LA PLANXA AMB PICADA (4)		POLLASTRE ROSTIT		LASANYA DE CARN MIXTA AMB SALS DE TOMÀTIGA I BEIXAMEL (1,2,3,6,7,8,9,10,11,13,14)	
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga, tonyina) (4)		PASTANAGA I MONGETES TENDRES		CEBA I XAMPINYONS		FRUITA DE TEMPORADA	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		Suggeriment de sopar: Coca de sardines	
Suggeriment de sopar: Pastís de verdures		Suggeriment de sopar: Verdures amb arròs i indiots saltats		Suggeriment de sopar: Ensalada de ciurons i cuscús		Suggeriment de sopar: Ensalada i truita de patata			
DILLUNS	20	DIMARTS	21	DIMECRES	22	DIJOUS	23		
MACARRONS INTEGRALS A LA BOLONYESA (1,3)		PURÉ DE VERDURES		ARRÒS DELÍCIES DEL CAMP (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols)		FIDEUÀ DE VERDURES (1,3)			
TRUITA A LA FRANCESA (3)		PITERA D'INDIOT A LA PLANXA		LLUÇ AL VAPOR (4)		RABAS DE CALAMAR (1,4,14)			
ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicerol, germinats, tonyina) (4,6)		AMB XAMPINYONS I SALS DE TOMÀTIGA		ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, olives negres, blat de les índies)			
FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb verdures		Suggeriment de sopar: Ensalada i lluç amb patat		Suggeriment de sopar: Ensalada de patata amb ou		Suggeriment de sopar: Nit de San Joan			

Llegenda d'al·lèrgens presents:

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