



Menú General mes d'Octubre de 2018

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
<p>FIDEUÀ A LA MARINERA (lluç, musclos, gambes) (1,2,3,4,14)</p> <p>OUS ARREBOSSATS (1,3,7)</p> <p>MEZCLUM, TOMÀTIGA I OLIVES (lletuga ecològica)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Lluç al forn amb patata, verdures i salsa de tomàtiga Fruita de temporada</p>	<p>AGUIAT DE FESOLS AMB VERDURES (carabassa ecològica)</p> <p>HAMBURGUESA DE CARN MIXTA A LA PLANXA (7,12)</p> <p>FULLES DE ROURE, PASTANAGA I NOUS (8)</p> <p>FRUITA CÍTRICA ecològica</p> <p>Suggeriment de sopar: Arròs saltat amb verdures o pisto i formatge de cabra Fruita de temporada</p>	<p>CREMA DE VERDURES AMB CROSTONS (1)</p> <p>LLOM DE LLUÇ A LA PLANXA (4)</p> <p>PATATES BULLIDES I PASTANAGA AL VAPOR</p> <p>IOGURT (7)</p> <p>Suggeriment de sopar: Trita de patata i ceba amb amanida amb alvocat Fruita de temporada</p>	<p>SOPA DE BROU DE CARN (pasta integral)</p> <p>POLLASTRE ADOBAT ROSTIT</p> <p>VERDURES (ceba, porros, pastanagó) I PATATES FREGIDES</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Hamburguesa de cigons i amanida amb couscous Fruita de temporada</p>	<p>TALLARINS 5 DELICIAS (pebre vermell i verd, porro, pastanaga, pollastre) (1,3)</p> <p>BACALLÀ ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3)</p> <p>AMANIDA DE LLETUGUES VARIADES, POMA I TONYINA (4)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: "Fajitas" d'indiots amb ceba, pastanaga i pebres Fruita de temporada</p>
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
<p>CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (carabassa ecològica)</p> <p>CORDON BLEU (1,3,7)</p> <p>CANONGES, TOMÀTIGA I PARMESÀ (7)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Crema de verdures i Llenguado al vapor, amanida amb tonvina Fruita de temporada</p>	<p>MACARRONS A LA BOLONYESA (cuixa de porc i vedella) (1,3)</p> <p>HOKY AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)</p> <p>LLETUGA, PASTANAGA I BLAT</p> <p>IOGURT (7)</p> <p>Suggeriment de sopar: Indiots saltejat amb arròs amb verdures i romaní Fruita de temporada</p>	<p>PURÉ DE CARABASSA, PORROS I LLEGUMS (cigrans ecològics)</p> <p>PITERA DE POLLASTRE AL FORN</p> <p>VERDURETES (ceba, porros, tomàtiga) I PATATA PANADERA</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Trita de patata i ceba amb amanida amb olives i nous Fruita de temporada</p>	<p>SOPA DE PEIX DE ROCA (gerret, sípi i gamba) (1,2,3,4,14) (pasta integral)</p> <p>LLAMPUGA AMB PEBRES VERMELLS, TOMÀTIGA (4)</p> <p>PATATA PANADERA</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Pitera de pollastre a la planxa amb llimona, patata i pèsols Fruita de temporada</p>	<p>FESTIU</p>
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
<p>CREMA DE CARABASSÍ AMB FORMATGE FRESC I CROSTONS (1,7)</p> <p>RABES DE CALAMAR (1,3,6,14)</p> <p>AMANIDA MEDITERRÀNIA (lletugues variades, tomàtiga, ceba i tàperes)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Ou bullit amb bròcoli, pastanaga i patata Fruita de temporada</p>	<p>SOPA DE "BULLIT MALLORQUÍ" (1,3) (pasta integral)</p> <p>"BULLIT MALLORQUÍ"</p> <p>PATATA, COL, PASTANAGA I MONGETES TENDRES</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Crema de verdures i croquetes de pernil amb amanida Fruita de temporada</p>	<p>ARRÒS MARINERA (all, p vermell, porros, gamba, cranc, musclos i julivert) (2,14)</p> <p>TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)</p> <p>AMANIDA DE TARDOR (llechuga ecològica, tomàtiga, ceba i nous) (8)</p> <p>IOGURT (7)</p> <p>Suggeriment de sopar: Peix de lloixa al forn amb patata, ceba i salsa de tomàtiga Fruita de temporada</p>	<p>CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (carabassa ecològica)</p> <p>ESCALOPINS CASOLANS DE LLOM (1,3,7)</p> <p>SALSA AL PEBRE I ARRÒS (7)</p> <p>FRUITA CÍTRICA ecològica</p> <p>Suggeriment de sopar: Rap saltat amb all i estragó i amanida amb quinoa Fruita de temporada</p>	<p>ESPIRALS A LA NAPOLITANA (1,3,7)</p> <p>LLenguado AL VAPOR AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)</p> <p>MEZCLUM, PASTANAGA I TONYINA (lletuga ecològica) (4)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Tomàtiga trempada amb olives i alfabetgers i quiche d'espínacs Fruita de temporada</p>
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
<p>CUINAT DE CIGRONS AMB VERDURES (carabassa ecològica)</p> <p>SALSITXES FRESQUES DE PORC (7,12)</p> <p>FULLES DE ROURE, TOMÀTIGA I OLIVES</p> <p>FRUITA CÍTRICA ecològica</p> <p>Suggeriment de sopar: Crema de verdures i ous romputs amb patates Fruita de temporada</p>	<p>ESPAGUETIS AL PESTO (1,3,7,8) (amb pasta integral)</p> <p>SALMÓ A LA PLANXA (4)</p> <p>MINISTRA DE VERDURES AL VAPOR</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Filet d'indiots a la planxa amb amanida d'arròs Fruita de temporada</p>	<p>PURÉ D'ESPINACS I LLEGUMS</p> <p>PITERA DE POLLASTRE EMPANAT CASOLÀ (1,3)</p> <p>MEZCLUM, PASTANAGA I BLAT DE LES ÍNDIES</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Quinoa saltejada amb pisto de verdures i truita Fruita de temporada</p>	<p>FIDEUS PAGESOS (tomàtiga, mongetes tendres, pèsols, carxofes, carn variada)</p> <p>LLUÇ AL VAPOR (4)</p> <p>PATATA I MONGETES TENDRES AMB BACON</p> <p>IOGURT (7)</p> <p>Suggeriment de sopar: Pollastre cruixent amb amanida tipo césar Fruita de temporada</p>	<p>LLETUGUES VARIADES, TOMÀTIGA CHERRI, PASTANAGA I TONYINA (lletuga ecològica) (4)</p> <p>ARRÒS A LA CUBANA</p> <p>AMB SALSA DE TOMÀTIGA I OU (3)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: "Quesadillas" variades amb pernil, ceba, xampinyons, ... Fruita de temporada</p>
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31	<p>El menú van acompanyats d'aigua i pa del Forn de Binissalem.</p> <p>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.</p> <p>Els productes ecològics d'aquest mes són: carabassa, porro, lletuga i taronges.</p>	
<p>CUINAT DE LLENTIES I VERDURES</p> <p>TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)</p> <p>AMANIDA DE LLETUGA, TOMÀTIGA XERRY I OLIVES (4)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Llenguado amballets i arròs amb verdures Fruita de temporada</p>	<p>SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES AMB FIDEVI (1,3)</p> <p>POLLASTRE AL FORN</p> <p>CEBÀ I PATATES</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p> <p>Suggeriment de sopar: Croquetes d'espínacs amb amanida variada Fruita de temporada</p>	<p>CREMA DE PORROS I VERDURA (ecològics)</p> <p>LLOM DE LLUÇ AL FORN</p> <p>SALSA MARINERA (2,4,12,14) I VERDURES</p> <p>NATILLES (7)</p> <p>Suggeriment de sopar: Ou bullit amb patata, mongetes i pastanaga al vapor Fruita de temporada</p>		

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Cereals amb gluten i derivats 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacahuets 6: Soia 7: Llet 8: Fruits Secs amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Diòx. de sofre i sulfits 13: Altramussos 14: Mol·luscos i derivats