

Escoles **Menú General** desembre de 2022

El dinar s'acompanya de pa del Forn de Binissalem i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a pressió en fred per trempar
Les fruites d'aquest mes són: mandarina, pera, poma, plàtan, raïm, taronja

Producte ecològic i/o de proximitat: ciurons, carabassa, porros, lletuga 1 dia a la setmana, plàtan i meló

5		6		7		8		9	
ENSALADA DE LLAÇOS TRICOLOR AMB BLAT DE LES ÍNDIES, OLIVES I CUIXOT DOLÇ (6,7)				PURÉ DE VERDURES I LLEGUM				ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA	
CROQUETES DE POLLASTRE (1,6,7)				TRUITA DE PATATA I CARABASSÓ (3)				PALOMETA AL FORN (4)	
ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga, tonyina) (4)		FESTIU		ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, olives negres, blat de les índies)		FESTIU		ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives)	
IOGURT NATURAL (7)				FRUITA DE TEMPORADA				FRUITA ecològica	
Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb patates i verdures bullides / Fruita				Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb xampinyons i ceba / Fruita				Suggeriment de sopar: Pizza variada / Fruita	
12		13		14		15		16	
SOPA DE BROU DE CARN AMB FIDEVÍ (1,3,9)		ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell i verd, pèsols)		CUINAT DE MONGETES PINTADES AMB COL I VERDURES		ESPIRALS AMB SALSA DE TOMÀTIGA (1,3)		PURÉ DE PASTANAGA I LLENTIES (1)	
BACALLÀ ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3,4)		POLLASTRE ROSTIT		OUS BULLITS AMB PATATA (3)		FILET DE GALL AL FORN (4)		RODO DE VEDELLA	
ENSALADA GREGA (romana, olives negres, formatge tendre, orenga) (7)		ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, tomàtiga i remolatxa)		PASTANAGA I MONGETES		ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, escarola, tomàtiga i olives)		VERDURES (ceba, porro, pastanaga) I ARRÒS	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA ecològica		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT NATURAL (7)	
Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i ciurons saltats / Fruita		Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb arròs i verdures al vapor / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i lluç a la planxa amb moniato / Fruita		Suggeriment de sopar: Raoles de bledes i espinacs amb patates rostides / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada i Pa amb oli / Fruita	
19		20		21		22		23	
MACARRONS INTEGRALS A LA BOLONYESA (1,3)		CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (carabassa ecològica) (1)		ARRÒS DELÍCIES DEL CAMP (ceba, porro, pastanaga, pebres, pèsols)		Menú Especial de Nadal			
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)		PITERA DE POLLASTRE AMB CEBA		LLAMPUGA AL FORN (4)				Sopa de Nadal (1,3)	
ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, olives negres, blat de les índies)		MINISTRA DE VERDURES		PEBRES, TOMÀTIGA I PATATA		Nuggets de Pollastre (1,3) i Ensalada de Canonges (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives)			
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA ecològica		FRUITA I DOLÇOS DE NADAL (1,3,7,8)			
Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb verdures saltades / Fruita		Suggeriment de sopar: Sopa de peix i lluç amb ensalada / Fruita		Suggeriment de sopar: Cuinat de lleties amb verdures i patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Calamar amb arròs i verdures / Fruita			

Legenda d'al·lèrgens presents:

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