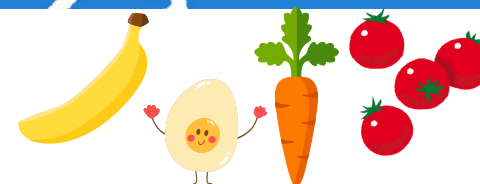




ESCOLA MARÇ 2026

Nutricionista Neus Goyeneche Tarrida IB0088



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
FESTA ILLES BALEARS 2 	CREMA DE CARABASSA 3 CUIXES DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ I PATATA ROSTIDA FRUITA	PASTA INTEGRAL AMB Salsa 4 DE TOMÀTIGA I TONYINA (1,3,4,6,10) TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les indies IOGURT (7)	ARRÒS MARINERA AMB 5 PÈSOLS I GAMBETES (2,4) SALSITXES DE PORC (12) BRÓQUIL AL VAPOR FRUITA	CUINAT DE LLENTIES (1) 6 LLUÇ TORRAT AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) AMANIDA: Canonges, col lombarda i poma FRUITA
ARRÒS INTEGRAL AMB 9 Salsa DE TOMÀTIGA I 1/2 OU DUR (3) PEIX ARREBOSSAT AL FORN (1,2,3,4,6,7,10,14) AMANIDA: lletuga, fulles de roure, pastanaga ratllada i pipes (8) FRUITA	SOPA DE BULLIT (1,3,6,9,10) 10 BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA FRUITA	ESTOFAT DE PATATA 11 FILET DE DORADA A L'ESPATLLA (4,11,10,9) AMANIDA: Capresse (7) IOGURT (7)	CREMA DE COLIFLOR I 12 COCO AGUIAT DE PILOTES MIXTES A LA JARDINERA AMB CUSCÚS (1) FRUITA	CUINAT DE CIGRONS 13 TRUITA DE PATATA I CEBA (3) AMANIDA: Tomàtiga, lletuga i olives FRUITA
CUINAT DE LLENTIES (1) 16 RABES DE CALAMAR (1,2,4,3,6,7,9,10,14) AMANIDA: col, pastanaga ratllada i poma FRUITA	PURÉ DE VERDURES DEL 17 TEMPS POLLASTRE A LA PEPITORIA (1,3,8) AMB ARRÒS INTEGRAL FRUITA	ARRÒS DE PEIX (4,9) 18 TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ (3) AMANIDA: lletuga, blat de les indies i olives FRUITA	ESPIRALS AL PESTO 19 (1,3,6,8,7,10) amb formatge ratllat opcional LLOM AMB BRESA AMANIDA: Tomàtiga trempada IOGURT (7)	ESCUDELLA FRESCA 20 LLUÇ AL FORN AMB PATATES I Salsa DE PEBRES VERMELLS (4) FRUITA
TALLARINS INTEGRALS A 23 LA CARBONARA (1,3,6,7,10) HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12) AMANIDA: col, pastanaga i blat de les indies FRUITA	VICHYSOISE 24 LLUÇ A LA MALLORQUINA: patata, bledes, grells, tomàtiga i pebre bord (4) FRUITA	SOPA MINISTRONE 25 (1,3,6,9,10) "FAJITAS" DE POLLASTRE AMB VERDURES (1) IOGURT (7)	CIGRONS ESCALDINS 26 HALIBUT AMB ALLETS I PEBRE BORD AL FORN (4) amb AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives FRUITA	PAELLA DE PEIX (2,4,9) 27 TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: mixta FRUITA
PURÉ DE MONGETA 30 BLANCA I PASTANAGA POLLASTRE ROSTIT AMB LLIMONA AMANIDA: lletuga, tomàtiga i tonyina (4) FRUITA	ARRÒS DE PEIX (4,9) 31 TRUITA DE PATATA I CEBA (3) AMANIDA: remolatxa, pastanaga i blat de les indies FRUITA			

Comensals

— MENJADORS ESCOLARS —

desde 1990

Productes de temporada OCTUBRE 2025 SEGONS APAEMA :

ALBERGINIA, BLEDA, CAQUI, CARABASSA, CARABASSÓ, COL, COLIFLOR, BRÒQUIL, ENCIAM, ESPINACS, FIGA, LLIMONA, MAGRANA, MELÓ, MONGETA VERDA, PASTANAGA, PEBRE VERMELL, PERA, POMA, RAÏM, RAVE I TARONJA

Menús de Comensals:



Pa moreno integral de forn de llenya - Aigüa embotellada - Oli d'oliva extra verjo premsat amb fred - logurts amb menys de 12,3g de sucre per cada 100 ml - Llegum+cereal=proteïna completa, 100% vegetal - Llegums en estat sec - Sal iodada i espècies de comerç just - Lluç amb certificat MSC (pesca sostenible) - 5% carns i ous amb certificat WELFAIR (benestar animal)

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

Recordam:

En cas d'ALÈRGIA O INTOLERÀNCIA s'adaptarà el menú sempre i quan s'entregui CERTIFICAT MÈDIC.

En cas de DIETA BLANA O ASTRINGENT es donarà: SOPA D'ARRÒS O PURÉ DE PASTANAGA + CARN O PEIX BULLIT O FORN acompanyat de PATATA O ARRÒS BULLIT.

En cas de DIETA NO PORC es donarà POLLASTRE, INDIOT, VEDELLA, PEIX O OU. Disposem de CERTIFICAT HALAL.

Reglament al·lèrgens 1169/2011, 13 de desembre de 2014

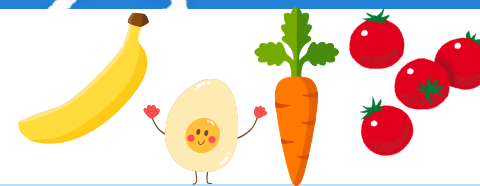
1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet, lactosa 8 Fruits secs amb closca 9 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12 Diòxid de sofre 13 Tramussos 14 Mol·luscs TR Traces



PROPOSTES DE SOPAR

MARÇ 2026

Nutricionista Neus Goyeneche Tarrida IB0088



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
FESTA ILLES BALEARS 2 	3 Sopa de rap amb verdures i arròs + fruita	4 Indiot a la planxa amb patata i mongeta verda + fruita	5 Crema de verdures + seitons enfarinats + fruita	6 Amanida + pa amb oli de formatge + fruita
9 Salmó amb puré de patata i bròquil + fruita	10 Ous estrellats amb coliflor i xips de moniato + fruita	11 Pollastre a la planxa amb arròs i guacamole + fruita	12 Sopa + croquetes amb amanida + fruita	13 Aguiat de bacallà amb patata i verdura + fruita
16 Hamburguesa amb puré de patata i carabassa + fruita	17 Peix al forn amb tomàtiga, patata i carbassó + fruita	18 Pollastre a la planxa amb arròs i xampinyons + fruita	19 Remenat d'ou amb pèsols i patata bullida + fruita	20 Sopa + indiot amb mongeta verda + fruita
23 Raoles de salmó amb arròs i carabassa + fruita	24 Bistec de vedella amb puré de moniato i coliflor + fruita	25 Crema de verdures + ou dur i pernil + fruita	26 Sopa + pollastre bullit amb mongeta verda + fruita	27 Amanida + pizza casolana + fruita
30 Lluç al forn amb patata, porro i pastanaga + fruita	31 Crema de verdures + llom amb col saltejada + fruita			

	DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
DINAR	FESTIU	CREMA DE CARABASSA CUIXES DE POLLASTRE ROSTIDES AMB LLIMONA I ROMANÍ I PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALSA NAPOLITANA TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies IOGURT (7)	ARRÒS MARINERA AMB PÈSOLS I GAMBETES (2,4) SALSITXES DE PORC (12) BRÓQUIL AL VAPOR FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETA LLUÇ TORRAT AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) AMANIDA: Canonges, col lombarda i poma FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
DINAR	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA I 1/2 OU DUR (3) LLUÇ A LA PLANXA (4) AMANIDA: lletuga, fulles de roüre, pastanaga ratllada i pipes (8) FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE BULLIT SENSE GLUTEN BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	ESTOFAT DE PATATA FILET DE DORADA A L'ESPATLLA (4,11,10,9) AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7) IOGURT (7)	CREMA DE COLIFLOR (eco) I COCO AGUIAT DE PILOTES MIXTES A LA JARDINERA pastanaga, pesols i ceba ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIGRONS TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3) AMANIDA: Tomàtiga, lletuga i olives FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
DINAR	SOPA SENS GLUTEN LLUÇ AL FORN (4) AMANIDA: col, pastanaga ratllada i poma FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES DEL TEMPS POLLASTRE AMB SALSA DE TOMÀTIGA ARRÒS INTEGRAL FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX (4) TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ(3) AMANIDA: lletuga, blat de les índies i olives FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN SALTEJADA AMB OLI I INDIOT LLOM AMB BRESA AMANIDA: Tomàtiga trempada IOGURT (7)	ESCUDELLA FRESCA LLUÇ AL FORN AMB PATATES I SALSA DE PEBRES VERMELLS (4) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN SALTEJADA AMB OLI I INDIOT HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12) AMANIDA: col, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE LLUÇ A LA MALLORQUINA: patata, bledes, grells, tomàtiga i pebre bord (4) FRUITA DEL TEMPS	SOPA MINISTRONE SENSE GLUTEN "FAJITAS" DE POLLASTRE AMB VERDURES SENSE GLUTEN IOGURT (7)	CIGRONS ESCALDINS HALIBUT AMB ALLETS I PEBRE BORD AL FORN (4) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives FRUITA DEL TEMPS	PAELLA DE PEIX (2,4,9) TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: mixta FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 30	DIMARTS 31			
DINAR	PURÉ DE MONGETA BLANCA I PASTANAGA POLLASTRE ROSTIT AMB LLIMONA AMANIDA: lletuga, tomàtiga i tonyina (4) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX (4,9) TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3) AMANIDA: remolatxa, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS			

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramusos 14 Moluscs

NO GLUTEN

En aquest menú totes es elaboracions que portin GLUTEN, seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES, EL PA I ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. · Tots els canvis estan marcats en vermell.

	DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
DINAR	FESTIU	CREMA DE CARABASSA CUIXES DE POLLASTRE ROSTIDES AMB LLIMONA I ROMANÍ I PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB Salsa NAPOLITANA LLUÇ A LA PLANXA (4) AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies IOGURT (7)	ARRÒS MARINERA AMB PÈSOLS I GAMBETES (2,4) SALSITXES DE PORC (12) BRÓQUIL AL VAPOR FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE LLENTIES (eco) (1) LLUÇ TORRAT AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) AMANIDA: Canonges, col lombarda i poma FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
DINAR	ARRÒS INTEGRAL AMB Salsa DE TOMÀTIGA SENSE OU LLUÇ A LA PLANXA (4) AMANIDA: lletuga, fulles de roure, pastanaga ratllada i pipes (8) FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE BULLIT SENSE GLUTEN BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	ESTOFAT DE PATATA FILET DE DORADA A L'ESPATLLA (4,11,10,9) AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7) IOGURT (7)	CREMA DE COLIFLOR (eco) I COCO AGUIAT DE PILOTES MIXTES A LA JARDINERA pastanaga, pesols i ceba ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIGRONS POLLASTRE A LA PLANXA AMANIDA: Tomàtiga, lletuga i olives FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
DINAR	CUINAT DE LLENTIES (eco) (1) LLUÇ AL FORN (4) AMANIDA: col, pastanaga ratllada i poma FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES DEL TEMPS POLLASTRE AMB Salsa DE TOMÀTIGA ARRÒS INTEGRAL FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX (4) INDIOT A LA PLANXA AMANIDA: lletuga, blat de les índies i olives FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN SALTEJADA AMB OLI I INDIOT LLOM AMB BRESA AMANIDA: Tomàtiga trempada IOGURT (7)	ESCUDELLA FRESCA LLUÇ AL FORN AMB PATATES I Salsa DE PEBRES VERMELLS (4) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN SALTEJADA AMB OLI I INDIOT HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12) AMANIDA: col, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE LLUÇ A LA MALLORQUINA: patata, bledes, grells, tomàtiga i pebre bord (4) FRUITA DEL TEMPS	SOPA MINISTRONE SENSE GLUTEN "FAJITAS" DE POLLASTRE AMB VERDURES SENSE GLUTEN IOGURT (7)	CIGRONS ESCALDINS HALIBUT AMB ALLETS I PEBRE BORD AL FORN (4) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives FRUITA DEL TEMPS	PAELLA DE PEIX (2,4,9) POLLASTRE A LA PLANXA AMANIDA: mixta FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 30	DIMARTS 31			
DINAR	PURÉ DE MONGETA BLANCA I PASTANAGA POLLASTRE ROSTIT AMB LLIMONA AMANIDA: lletuga, tomàtiga i tonyina (4) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX (4,9) LLUÇ A LA PLANXA (4) AMANIDA: remolatxa, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS			

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramusos 14 Moluscs

NO OU

En aquest menú totes es elaboracions que portin OU seran substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES, EL PA i ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seran casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. Les lleties d'aquest menú son garantitzades sense gluten. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

	DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
DINAR	FESTIU	CREMA DE CARABASSA CUIXES DE POLLASTRE ROSTIDES AMB LLIMONA I ROMANÍ I PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	PASTA AMB Salsa de TOMÀTIGA I TONYINA (1,3,4,6,10) TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les indies IOGURT DE SOJA (6)	ARRÒS MARINERA AMB PÈSOLS I GAMBETES (2,4) SALSITXES DE PORC (12) BRÓQUIL AL VAPOR FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE LLENTIES (eco) (1) LLUÇ TORRAT AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) AMANIDA: Canonges, col lombarda i poma FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
DINAR	ARRÒS INTEGRAL AMB Salsa de TOMÀTIGA I 1/2 OU DUR (3) LLUÇ A LA PLANXA (4) AMANIDA: lletuga, fulles de roure, pastanaga ratllada i pipes (8) FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE BULLIT (1,3,6,10) BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	ESTOFAT DE PATATA FILET DE DORADA A L'ESPATLLA (4,11,10,9) AMANIDA: tomàtiga IOGURT DE SOJA (6)	CREMA DE COLIFLOR (eco) I COCO AGUIAT DE PILOTES VEGANES A LA JARDINERA pastanaga, pesols i ceba (6) CÚSCÚS (1) FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIGRONS TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3) AMANIDA: Tomàtiga, lletuga i olives FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
DINAR	CUINAT DE LLENTIES (eco) (1) LLUÇ AL FORN (4) AMANIDA: col, pastanaga ratllada i poma FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES DEL TEMPS POLLASTRE A LA PEPITORIA (1,3,8) ARRÒS INTEGRAL FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX (4) TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ(3) AMANIDA: lletuga, blat de les indies i olives FRUITA DEL TEMPS	PASTA SALTEJADA AMB OLI I INDIOT (1,3,6,10) LLOM AMB BRESA AMANIDA: Tomàtiga trempada IOGURT DE SOJA (6)	ESCUDELLA FRESCA LLUÇ AL FORN AMB PATATES I Salsa de PEBRES VERMELLS (4) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
DINAR	PASTA SALTEJADA AMB OLI I INDIOT (1,3,6,10) HAMBURGUESA DE POLLO O PORC SENSE ALÈRGENS AMANIDA: col, pastanaga i blat de les indies FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE LLUÇ A LA MALLORQUINA: patata, bledes, grells, tomàtiga i pebre bord (4) FRUITA DEL TEMPS	SOPA MINISTRONE (1,3,6,10) "FAJITAS" DE POLLASTRE AMB VERDURES (1) IOGURT DE SOJA (6)	CIGRONS ESCALDINS HALIBUT AMB ALLETS I PEBRE BORD AL FORN (4) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives FRUITA DEL TEMPS	PAELLA DE PEIX (2,4,9) TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA:mixta FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 30	DIMARTS 31			
DINAR	PURÉ DE MONGETA BLANCA I PASTANAGA POLLASTRE ROSTIT AMB LLIMONA AMANIDA: lletuga, tomàtiga i tonyina (4) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX (4,9) TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3) AMANIDA: remolatxa, pastanaga i blat de les indies FRUITA DEL TEMPS			

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramusos 14 Moluscs

NO LACTOSA NI PVL NI VEDELLA

En aquest menú totes es elaboracions que portin LACTOSA O PROTEINA DE LA LLET DE VACA seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. En aquest menú, tampoc donarem vedella per la similitud de les proteïnes d'aquesta amb la de la PVL. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

DILLUNS 2		DIMARTS 3		DIMECRES 4		DIJOUS 5		DIVENDRES 6	
DINAR	FESTIU	CREMA DE CARABASSA	PASTA INTEGRAL AMB Salsa NAPOLITANA (1,3,4,6,10)	ARRÒS BRUÓS AMB PASTANAGA	CUINAT DE LLENTIES (eco) (1)				
		CUIXES DE POLLASTRE ROSTIDES AMB LLIMONA I ROMANÍ I PATATA ROSTIDA	TRUITA FRANCESA (3)	SALSITXES DE PORC (12)	HAMBURGUESA DE QUINOA I KALE (1,6) amb all i julivert				
		FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les indies	BRÓQUIL AL VAPOR	AMANIDA: Canonges, col lombarda i poma				
DILLUNS 9		DIMARTS 10		DIMECRES 11		DIJOUS 12		DIVENDRES 13	
DINAR	ARRÒS INTEGRAL AMB Salsa DE TOMÀTIGA I 1/2 OU DUR (3)	SOPA DE BULLIT (1,3,6,10)	ESTOFAT DE PATATA	CREMA DE COLIFLOR (eco) I COCO	CUINAT DE CIGRONS				
	INDIOT A LA PLANXA	BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA	OUS BULLITS (3)	AGUIAT DE PILOTES MIXTES A LA JARDINERA pastanaga, pesols i ceba	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)				
	AMANIDA: lletuga, fulles de roure, pastanaga ratllada i pipes (8)		AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7)	CÚSCÚS (1)	AMANIDA: Tomàtiga, lletuga i olives				
DILLUNS 16		DIMARTS 17		DIMECRES 18		DIJOUS 19		DIVENDRES 20	
DINAR	CUINAT DE LLENTIES (eco) (1)	PURÉ DE VERDURES DEL TEMPS	ARRÒS BRUÓS AMB PASTANAGA	ESPIRALS AL PESTO (1,3,6,8,7,10) amb formatge ratllat opcional	ESCUDELLA FRESCA				
	INDIOT A LA PLANXA	POLLASTRE A LA PEPITORIA (1,3,8)	TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ(3)	LLOM AMB BRESA	OUS BULLITS AMB PATATES I SALSA DE PEBRES VERMELLS (3)				
	AMANIDA: col ,pastanaga ratllada i poma	ARRÒS INTEGRAL	AMANIDA: lletuga, blat de les indies i olives	AMANIDA: Tomàtiga trempada					
DILLUNS 23		DIMARTS 24		DIMECRES 25		DIJOUS 26		DIVENDRES 27	
DINAR	TALLARINS INTEGRALS A LA CARBONARA (1,3,6,7,10)	VICHYSOISE	SOPA MINISTRONE (1,3,6,10)	CIGRONS ESCALDINS	PAELLA DE VERDURES SENSE LLEGUM				
	HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12)	LLOM A LA MALLORQUINA: patata, bledes, grells, tomàtiga i pebre bord	"FAJITAS" DE POLLASTRE AMB VERDURES (1)	INDIOT AMB ALLETS I PEBRE BORD AL FORN	TRUITA FRANCESA (3)				
	AMANIDA: col, pastanaga i blat de les indies		IOGURT (7)	AMANIDA: tomàtiga i olives	AMANIDA:mixta				
DILLUNS 30		DIMARTS 31							
DINAR	PURÉ DE MONGETA BLANCA I PASTANAGA	SOPA D'ARRÒS AMB BRU DE CARN							
	POLLASTRE ROSTIT AMB LLIMONA	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)							
	AMANIDA: lletuga, tomàtiga	AMANIDA: remolatxa, pastanaga i blat de les indies							
FRUITA DEL TEMPS		FRUITA DEL TEMPS							
14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxio de sofre o sulfits 13 Altramusos 14 Moluscs									
NO PEIX NI MARISC									
En aquest menú totes es elaboracions que portin PEIX I/O MARISC seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies).Tots els canvis estan marcats en vermell.									

	DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
DINAR	FESTIU	CREMA DE CARABASSA CUIXES DE POLLASTRE ROSTIDES AMB LLIMONA I ROMANÍ I PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	PASTA AMB Salsa DE TOMÀTIGA I TONYINA (1,3,4,6,10) TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les indies IOGURT (7)	ARRÒS MARINERA AMB PÈSOLS I GAMBETES (2,4) SALSITXES DE PORC (12) BRÓQUIL AL VAPOR FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE LLENTIES (eco) (1) LLUÇ TORRAT AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) AMANIDA: Canonges, col lombarda i poma FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
DINAR	ARRÒS INTEGRAL AMB Salsa DE TOMÀTIGA I 1/2 OU DUR (3) PEIX ARREBOSSAT AL FORN (1,2,3,4,6,7,10,14) AMANIDA: lletuga, fulles de roure, pastanaga ratllada FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE BULLIT (1,3,6,10) BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	ESTOFAT DE PATATA FILET DE DAURADA AL FORN AMB LLIMONA (4) AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7) IOGURT (7)	CREMA DE COLIFLOR (eco) I COCO AGUIAT DE PILOTES MIXTES A LA JARDINERA pastanaga, pesols i ceba CÚSCÚS (1) FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIGRONS TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3) AMANIDA: Tomàtiga, lletuga i olives FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
DINAR	CUINAT DE LLENTIES (eco) (1) RABES DE CALAMAR (1,2,4,3,6,7,9,10,14) AMANIDA: col, pastanaga ratllada i poma FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES DEL TEMPS POLLASTRE AMB Salsa DE TOMÀTIGA ARRÒS INTEGRAL FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX (4) TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ(3) AMANIDA: lletuga, blat de les indies i olives FRUITA DEL TEMPS	PASTA AL PESTO (1,3,6,7,10) sense fruits secs LLOM AMB BRESA AMANIDA: Tomàtiga trempada IOGURT (7)	ESCUDELLA FRESCA LLUÇ AL FORN AMB PATATES I Salsa DE PEBRES VERMELLS (4) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
DINAR	TALLARINS INTEGRALS A LA CARBONARA (1,3,6,7,10) HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12) AMANIDA: col, pastanaga i blat de les indies FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE LLUÇ A LA MALLORQUINA: patata, bledes, grells, tomàtiga i pebre bord (4) FRUITA DEL TEMPS	SOPA MINISTRONE (1,3,6,10) "FAJITAS" DE POLLASTRE AMB VERDURES (1) IOGURT (7)	CIGRONS ESCALDINS HALIBUT AMB ALLETS I PEBRE BORD AL FORN (4) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives FRUITA DEL TEMPS	PAELLA DE PEIX (2,4,9) TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: mixta FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 30	DIMARTS 31			
DINAR	PURÉ DE MONGETA BLANCA I PASTANAGA POLLASTRE ROSTIT AMB LLIMONA AMANIDA: lletuga, tomàtiga i tonyina (4) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX (4,9) TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3) AMANIDA: remolatxa, pastanaga i blat de les indies FRUITA DEL TEMPS			

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruïts seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramuços 14 Moluscs

NO FRUITS SECS

En aquest menú totes les elaboracions que portin FRUITS SECS seran substituïdes per productes similars a les del menú general. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

NO FRUITS SECS NI GLUTEN

	DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
DINAR	FESTIU	CREMA DE CARABASSA CUIXES DE POLLASTRE ROSTIDES AMB LLIMONA I ROMANÍ I PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALSA NAPOLITANA TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les indies IOGURT (7)	ARRÒS MARINERA AMB PÈSOLS I GAMBETES (2,4) SALSITXES DE PORC (12) BRÓQUIL AL VAPOR FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETA LLUÇ TORRAT AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) AMANIDA: Canonges, col lombarda i poma FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
DINAR	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA I 1/2 OU DUR (3) LLUÇ A LA PLANXA (4) AMANIDA: lletuga, fulles de roure, pastanaga ratllada FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE BULLIT SENSE GLUTEN BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS	ESTOFAT DE PATATA FILET DE DAURADA AL FORN AMB LLIMONA (4) AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7) IOGURT (7)	CREMA DE COLIFLOR (eco) I COCO AGUIAT DE PILOTES MIXTES A LA JARDINERA pastanaga, pesols i ceba ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIGRONS TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3) AMANIDA: Tomàtiga, lletuga i olives FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
DINAR	SOPA SENS GLUTEN LLUÇ AL FORN (4) AMANIDA: col, pastanaga ratllada i poma FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES DEL TEMPS POLLASTRE AMB SALSA DE TOMÀTIGA ARRÒS INTEGRAL FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX (4) TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ(3) AMANIDA: lletuga, blat de les indies i olives FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN SALTEJADA AMB OLI I INDIOT LLOM AMB BRESA AMANIDA: Tomàtiga trempada IOGURT (7)	ESCUDELLA FRESCA LLUÇ AL FORN AMB PATATES I SALSA DE PEBRES VERMELLS (4) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN SALTEJADA AMB OLI I INDIOT HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12) AMANIDA: col, pastanaga i blat de les indies FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE LLUÇ A LA MALLORQUINA: patata, bledes, grells, tomàtiga i pebre bord (4) FRUITA DEL TEMPS	SOPA MINISTRONE SENSE GLUTEN "FAJITAS" DE POLLASTRE AMB VERDURES SENSE GLUTEN IOGURT (7)	CIGRONS ESCALDINS HALIBUT AMB ALLETS I PEBRE BORD AL FORN (4) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives FRUITA DEL TEMPS	PAELLA DE PEIX (2,4,9) TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA:mixta FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 30	DIMARTS 31			
DINAR	PURÉ DE MONGETA BLANCA I PASTANAGA POLLASTRE ROSTIT AMB LLIMONA AMANIDA: lletuga, tomàtiga i tonyina (4) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX (4,9) TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3) AMANIDA: remolatxa, pastanaga i blat de les indies FRUITA DEL TEMPS			

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruïts seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramosos 14 Moluscs

NO FRUITS SECS NI GLUTEN

En aquest menú totes es elaboracions que portin GLUTEN I/O FRUITS SECS seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. LES PASTES, EL PA I ELS ARREBOSSATS són sense GLUTEN NI OU. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró. Aquest any tenim una gran diversitat d'al·lèrgies, per aquest motiu, per tal de garantir la salut d'aquests infants, evitant qualsevol possible contaminació creuada, hem hagut d'unificar en ocasions els menús dels nins amb al·lèrgies moltes gràcies per la vostra comprensió. Tots els canvis estan marcats en vermell.

NO LLEGUM NI MONGETA VERDA

	DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
DINAR	FESTIU	CREMA DE CARABASSA CUIXES DE POLLASTRE ROSTIDES AMB LLIMONA I ROMANÍ I PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN AMB SALSA NAPOLITANA TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies IOGURT (7)	ARRÒS BRUÓS AMB PASTANAGA SALSITXES DE PORC (12) sense traces de pèsol BRÓQUIL AL VAPOR FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE PASTANAGA LLUÇ TORRAT AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4) AMANIDA: Canonges, col lombarda i poma FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	tgff	DIVENDRES 13
DINAR	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA I 1/2 OU DUR (3) LLUÇ A LA PLANXA (4) AMANIDA: lletuga, fulles de roure, pastanaga ratllada i pipes (8) FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE BULLIT SENSE GLUTEN BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	ESTOFAT DE PATATA FILET DE DORADA A L'ESPATLLA (4,11,10,9) AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7) IOGURT (7)	CREMA DE COLIFLOR (eco) I COCO PILOTES DE CARN PICADA DE POLLASTRE BULLIDES sense traces de pèsol ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARABASSA TRUITA DE PATATA I CEBA (3) AMANIDA: Tomàtiga, lletuga i olives FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
DINAR	SOPA SENS GLUTEN LLUÇ AL FORN (4) AMANIDA: col ,pastanaga ratllada i poma FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES DEL TEMPS SENSE MONGETA VERDA POLLASTRE AMB SALSA DE TOMÀTIGA ARRÒS INTEGRAL FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUÓS AMB PASTANAGA TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ(3) AMANIDA: lletuga, blat de les índies i olives FRUITA DEL TEMPS	PASTA SENSE GLUTEN SALTEJADA AMB OLI I INDIOT LLOM AMB BRESA AMANIDA: Tomàtiga trempada IOGURT (7)	CREMA DE PASTANAGA LLUÇ AL FORN AMB PATATES I SALSA DE PEBRES VERMELLS (4) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
DINAR	PASTA SENSE GLUTEN SALTEJADA AMB OLI I INDIOT HAMBURGUESA DE POLLASTRE sense traces de pèsol AMANIDA: col, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE LLUÇ A LA MALLORQUINA: patata, bledes, grells, tomàtiga i pebre bord (4) FRUITA DEL TEMPS	SOPA MINISTRONE SENSE GLUTEN "FAJITAS" DE POLLASTRE AMB VERDURES SENSE GLUTEN IOGURT (7)	CREMA DE CARABASSA HALIBUT AMB ALLETS I PEBRE BORD AL FORN (4) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives FRUITA DEL TEMPS	PAELLA DE VERDURES SENSE LLEGUM TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA:mixta FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 30	DIMARTS 31			
DINAR	PURÉ DE PASTANAGA POLLASTRE ROSTIT AMB LLIMONA AMANIDA: lletuga, tomàtiga i tonyina (4) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX (4,9) SENSE PÈSOLS TRUITA DE PATATA I CEBA (3) AMANIDA: remolatxa, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS			

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramusos 14 Moluscs

NO LLEGUM NI MONGETA VERDA

En aquest menú totes es elaboracions que portin LLEGUM I MONGETA VERDA seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. IES PASTES seràn sense GLUTEN, ja que la pasta que utilitzem porta traces de soja. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Tots els canvis estan marcats en vermell.

DILLUNS 2		DIMARTS 3		DIMECRES 4		DIJOUS 5		DIVENDRES 6	
DINAR	FESTIU	CREMA DE CARABASSA	PASTA AMB Salsa DE TOMÀTIGA I TONYINA (1,3,4,6,10)	ARRÒS MARINERA AMB PÈSOLS I GAMBETES (2,4)	CUINAT DE LLENTIES (eco) (1)				
		CIGRONS AMB PATATA ROSTIDA	TRUITA FRANCESA (3)	SALSITXES VEGANES (6)	LLUÇ TORRAT AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)				
			AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les indies	BRÓQUIL AL VAPOR	AMANIDA: Canonges, col lombarda i poma				
		FRUITA DEL TEMPS	IOGURT (7)	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS				
DILLUNS 9		DIMARTS 10		DIMECRES 11		DIJOUS 12		DIVENDRES 13	
DINAR	ARRÒS INTEGRAL AMB Salsa DE TOMÀTIGA I 1/2 OU DUR (3)	SOPA VEGANA (1,3,6,10)	ESTOFAT DE PATATA	CREMA DE COLIFLOR (eco) I COCO	CUINAT DE CIGRONS				
	PEIX ARREBOSSAT AL FORN (1,2,3,4,6,7,10,14)	OUS BULLITS AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA (3)	FILET DE DORADA A L'ESPATLLA (4,11,10,9)	AGUIAT DE PILOTES VEGANES A LA JARDINERA pastanaga, pesols i ceba (6)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)				
	AMANIDA: lletuga, fulles de roure, pastanaga ratllada i pipes (8)		AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7)	CÚSCÚS (1)	AMANIDA: Tomàtiga, lletuga i olives				
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT (7)	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS				
DILLUNS 16		DIMARTS 17		DIMECRES 18		DIJOUS 19		DIVENDRES 20	
DINAR	CUINAT DE LLENTIES (eco) (1)	PURÉ DE VERDURES DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX (4)	ESPIRALS AL PESTO (1,3,6,8,7,10) amb formatge ratllat opcional	CREMA DE MONGETA BLANCA				
	RABES DE CALAMAR (1,2,4,3,6,7,9,10,14)	CIGRONS AMB Salsa DE TOMÀTIGA	TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ(3)	TOFU AMB BRESA (6)	LLUÇ AL FORN AMB PATATES I Salsa DE PEBRES VERMELLS (4)				
	AMANIDA: col ,pastanaga ratllada i poma	ARRÒS INTEGRAL	AMANIDA: lletuga, blat de les indies i olives	AMANIDA: Tomàtiga trempada					
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT (7)	FRUITA DEL TEMPS				
DILLUNS 23		DIMARTS 24		DIMECRES 25		DIJOUS 26		DIVENDRES 27	
DINAR	TALLARINS INTEGRALS AMB OLI I ORENGA (1,3,6,10)	VICHYSOISE	SOPA MINISTRONE (1,3,6,10) AMB BROU DE VERDURES	CIGRONS AMB VERDURES	PAELLA DE PEIX (2,4,9)				
	HAMBURGUESA DE QUINOA I KALE (1,6) amb all i julivert	LLUÇ A LA MALLORQUINA: patata, bledes, grells, tomàtiga i pebre bord (4)	PILOTES VEGANES AMB VERDURA (cebà, pebrot) (6)	HALIBUT AMB ALLETS I PEBRE BORD AL FORN (4) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives	TRUITA FRANCESA (3)				
	AMANIDA: col, pastanaga i blat de les indies				AMANIDA:mixta				
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT (7)	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS				
DILLUNS 30		DIMARTS 31							
DINAR	PURÉ DE MONGETA BLANCA I PASTANAGA	ARRÒS DE PEIX (4,9)							
	TOFU ROSTIT AMB LLIMONA (6)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)							
	AMANIDA: lletuga, tomàtiga i tonyina (4)	AMANIDA: remolatxa, pastanaga i blat de les indies							
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS							
14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruïts seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramusos 14 Moluscs									
NO CARN									
En aquest menú totes es elaboracions que portin CARN seràn substituïdes per productes similars a les del menú general·Tots els canvis estan marcats en vermell·									

	DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
DINAR	FESTIU	CREMA DE CARABASSA CIGRONS AMB PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	PASTA INTEGRAL AMB SALSÀ NAPOLITANA (1,3,4,6,10) TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies IOGURT (7)	ARRÒS BRUÓS AMB PASTANAGA SALSITXES VEGANES (6) BRÓQUIL AL VAPOR FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE LLENTIES (eco) (1) HAMBURGUESA DE QUINOA I KALE (1,6) amb all i julivert AMANIDA: Canonges, col lombarda i poma FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
DINAR	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA I 1/2 OU DUR (3) FALAFEL (1) AMANIDA: lletuga, fulles de roure, pastanaga ratllada i pipes (8) FRUITA DEL TEMPS	SOPA VEGANA (1,3,6,10) OUS BULLITS AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA (3) FRUITA DEL TEMPS	ESTOFAT DE PATATA TOFU A L'ESPATLLA (4,6,11,10,9) AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7) IOGURT (7)	CREMA DE COLIFLOR (eco) I COCO AGUIAT DE PILOTES VEGANES A LA JARDINERA pastanaga, pesols i ceba (6) CÚSCÚS (1) FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIGRONS TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3) AMANIDA: Tomàtiga, lletuga i olives FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
DINAR	CUINAT DE LLENTIES (eco) (1) ALBERGINIA ARREBOSSADA AMB MAIZENA AMANIDA: col, pastanaga ratllada i poma FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES DEL TEMPS CIGRONS AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA ARRÒS INTEGRAL FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUÓS AMB PASTANAGA TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ(3) AMANIDA: lletuga, blat de les índies i olives FRUITA DEL TEMPS	ESPIRALS AL PESTO (1,3,6,8,7,10) amb formatge ratllat opcional TOFU AMB BRESA (6) AMANIDA: Tomàtiga trempada IOGURT (7)	CREMA DE MONGETA BLANCA OUS BULLITS AMB PATATES I SALSÀ DE PEBRES VERMELLS (3) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
DINAR	TALLARINS INTEGRALS AMB OLI I ORENGA (1,3,6,10) HAMBURGUESA DE QUINOA I KALE (1,6) amb all i julivert AMANIDA: col, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE TOFU A LA MALLORQUINA: patata, bledes, grells, tomàtiga i pebre bord (6) FRUITA DEL TEMPS	SOPA MINISTRONE (1,3,6,10) AMB BROU DE VERDURES PILOTES VEGANES AMB VERDURA (ceba, pebrot) (6) IOGURT (7)	CIGRONS AMB VERDURES SALSITXES VEGANES (6) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives FRUITA DEL TEMPS	PAELLA DE VERDURES SENSE LLEGUM TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: mixta FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 30	DIMARTS 31			
DINAR	PURÉ DE MONGETA BLANCA I PASTANAGA TOFU ROSTIT AMB LLIMONA (6) AMANIDA: lletuga, tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB PÈSOLS TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3) AMANIDA: remolatxa, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS			

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramusos 14 Moluscs

VEGETARIÀ

En aquest menú totes es elaboracions que portin CARN, PEIX seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Entenem per ovo-làcti vegetarià aquells individus que no mengen carn ni peix però si que consumeixen ou i làctis a part de verdura, farinacis i llegum. Tots els canvis estan marcats en vermell.

VEGETARIÀ SENSE LÀCTIS

	DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
DINAR	FESTIU	CREMA DE CARABASSA CIGRONS AMB PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	PASTA INTEGRAL AMB SALSÀ NAPOLITANA (1,3,4,6,10) TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies IYGURT DE SOJA (6)	ARRÒS BRUÓS AMB PASTANAGA SALSITXES VEGANES (6) BRÓQUIL AL VAPOR FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE LLENTIES (eco) (1) HAMBURGUESA DE QUINOA I KALE (1,6) amb all i julivert AMANIDA: Canonges, col lombarda i poma FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
DINAR	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA I 1/2 OU DUR (3) FALAFEL (1) AMANIDA: lletuga, fulles de roure, pastanaga ratllada i pipes (8) FRUITA DEL TEMPS	SOPA VEGANA (1,3,6,10) OUS BULLITS AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA (3) FRUITA DEL TEMPS	ESTOFAT DE PATATA TOFU A L'ESPATLLA (4,6,11,10,9) AMANIDA: TOMÀTIGA IYGURT DE SOJA (6)	CREMA DE COLIFLOR (eco) I COCO AGUIAT DE PILOTES VEGANES A LA JARDINERA pastanaga, pesols i ceba (6) CÚSCÚS (1) FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIGRONS TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3) AMANIDA: Tomàtiga, lletuga i olives FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
DINAR	CUINAT DE LLENTIES (eco) (1) ALBERGINIA ARREBOSSADA AMB MAIZENA AMANIDA: col, pastanaga ratllada i poma FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES DEL TEMPS CIGRONS AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA ARRÒS INTEGRAL FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUÓS AMB PASTANAGA TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ(3) AMANIDA: lletuga, blat de les índies i olives FRUITA DEL TEMPS	ESPIRALS AMB OLI I ORENGA (1,3,6,10) TOFU AMB BRESA (6) AMANIDA: Tomàtiga trempada IYGURT DE SOJA (6)	CREMA DE MONGETA BLANCA OUS BULLITS AMB PATATES I SALSÀ DE PEBRES VERMELLS (3) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
DINAR	TALLARINS INTEGRALS AMB OLI I ORENGA (1,3,6,10) HAMBURGUESA DE QUINOA I KALE (1,6) amb all i julivert AMANIDA: col, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE TOFU A LA MALLORQUINA: patata, bledes, grells, tomàtiga i pebre bord (6) FRUITA DEL TEMPS	SOPA MINISTRONE (1,3,6,10) AMB BROU DE VERDURES PILOTES VEGANES AMB VERDURA (cebà, pebrot) (6) IYGURT DE SOJA (6)	CIGRONS AMB VERDURES SALSITXES VEGANES (6) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives FRUITA DEL TEMPS	PAELLA DE VERDURES SENSE LLEGUM TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: mixta FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 30	DIMARTS 31			
DINAR	PURÉ DE MONGETA BLANCA I PASTANAGA TOFU ROSTIT AMB LLIMONA (6) AMANIDA: lletuga, tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB PÈSOLS TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3) AMANIDA: remolatxa, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS			

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramusos 14 Moluscs

VEGETARIÀ SENSE LÀCTIS

En aquest menú totes es elaboracions que portin CARN, PEIX O LÀCTIS seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies). Entenem per ovo-làcti vegetarià aquells individus que no mengen carn ni peix però si que consumeixen ou i làctis a part de verdura, farinacis i llegum. En aquest cas tampoc consumeix làctis. Tots els canvis estan marcats en vermell.

VEGETARIÀ VEGÀ

	DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
DINAR	FESTIU	CREMA DE CARABASSA CIGRONS AMB PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	PASTA INTEGRAL AMB Salsa Napolitana (1,3,4,6,10) PILOTES VEGANES BULLIDES (6) AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies IOGURT DE SOJA (6)	ARRÒS BRUÓS AMB PASTANAGA SALSITXES VEGANES (6) BRÓQUIL AL VAPOR FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE LLENTIES (eco) (1) HAMBURGUESA DE QUINOA I KALE (1,6) amb all i julivert AMANIDA: Canonges, col lombarda i poma FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
DINAR	ARRÒS INTEGRAL AMB Salsa de TOMÀTIGA I 1/2 OU DUR (3) FALAFEL (1) AMANIDA: lletuga, fulles de roure, pastanaga ratllada i pipes (8) FRUITA DEL TEMPS	SOPA VEGANA (1,3,6,10) OUS BULLITS AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA (3) FRUITA DEL TEMPS	ESTOFAT DE PATATA TOFU A L'ESPATLLA (4,6,11,10,9) AMANIDA: TOMÀTIGA IOGURT DE SOJA (6)	CREMA DE COLIFLOR (eco) I COCO AGUIAT DE PILOTES VEGANES A LA JARDINERA pastanaga, pesols i ceba (6) CÚSCÚS (1) FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIGRONS HAMBURGUESA DE QUINOA I KALE (1,6) amb all i julivert AMANIDA: Tomàtiga, lletuga i olives FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
DINAR	CUINAT DE LLENTIES (eco) (1) ALBERGINIA ARREBOSSADA AMB MAIZENA AMANIDA: col, pastanaga ratllada i poma FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES DEL TEMPS CIGRONS AMB Salsa de TOMÀTIGA ARRÒS INTEGRAL FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUÓS AMB PASTANAGA HAMBURGUESA DE LLEGUM (6) AMANIDA: lletuga, blat de les índies i olives FRUITA DEL TEMPS	ESPIRALS AMB OLI I ORENGA (1,3,6,10) TOFU AMB BRESA (6) AMANIDA: Tomàtiga trempada IOGURT DE SOJA (6)	CREMA DE MONGETA BLANCA PILOTES VEGANES AMB PATATES I Salsa de PEBRES VERMELLS (6) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
DINAR	TALLARINS INTEGRALS AMB OLI I ORENGA (1,3,6,10) HAMBURGUESA DE QUINOA I KALE (1,6) amb all i julivert AMANIDA: col, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE TOFU A LA MALLORQUINA: patata, bledes, grells, tomàtiga i pebre bord (6) FRUITA DEL TEMPS	SOPA MINISTRONE (1,3,6,10) AMB BROU DE VERDURES PILOTES VEGANES AMB VERDURA (ceba, pebrot) (6) IOGURT DE SOJA (6)	CIGRONS AMB VERDURES SALSITXES VEGANES (6) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives FRUITA DEL TEMPS	PAELLA DE VERDURES SENSE LLEGUM FALAFEL (1) AMANIDA: mixta FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 30	DIMARTS 31			
DINAR	PURÉ DE MONGETA BLANCA I PASTANAGA TOFU ROSTIT AMB LLIMONA (6) AMANIDA: lletuga, tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB PÈSOLS HAMBURGUESA DE LLEGUM (6) AMANIDA: remolatxa, pastanaga i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS			

14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruïts seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramusos 14 Moluscs

VEGETARIÀ VEGÀ

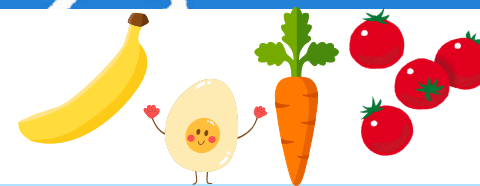
ENTENEM COM A VEGETARIÀ AQUELLS INDIVIDUS QUE NO MENGEN CARN NI PEIX NI OU NI LÀCTIS·Els canvis del menú principal estaran destacats en vermell·



COLE

MARZO 2026

Nutricionista Neus Goyeneche Tarrida 980088



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
FESTA ILLES BALEARS 2 	CREMA DE CALABAZA 3 MUSLITOS DE POLLO AL HORNO CON LIMÓN, ROMERO Y PATATA FRUTA	PASTA INTEGRAL CON SALSA 4 DE TOMATE Y ATÚN (1,3,4,6,10) TORTILLA FRANCESA (3) ENSALADA_ lechuga, zanahoria rallada y maíz YOGUR (7)	ARROZ MARINERA CON 5 GUISANTES Y GAMBITAS (2,4) SALCHICHAS DE CERDO (12) BRÓCOLI AL VAPOR FRUTA	POTAJE DE LENTEJAS (1) 6 MERLUZA TOSTADA CON PICADILLO DE AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA: canónigos, col lombarda y manzana FRUTA
ARROZ INTEGRAL CON 9 SALSA DE TOMATE Y ½ HUEVO DURO (3) PESCADO REBOZADO AL HORNO (1,2,3,4,6,7,10,14) ENSALADA: lechuga, hojas de roble, zanahoria rallada y pipas (8) FRUTA	SOPA DE COCIDO 10 (1,3,6,9,10) COCIDO DE POLLO CON PATATA, ZANAHORIA Y JUDÍA VERDE HERVIDA FRUTA	ESTOFADO DE PATATA 11 FILETE DE DORADA A LA ESPALDA (4,11,10,9) ENSALADA: Capresse (7) YOGUR (7)	CREMA DE COLIFLOR Y 12 COCO "AGUIAT" DE ALBÓNDIGAS MIXTAS A LA JARDINERA CON CUSCÚS (1) FRUTA	POTAJE DE 13 GARBANZOS TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA (3) ENSALADA: tomate, lechuga y aceitunas FRUTA
POTAJE DE LENTEJAS 16 (1) RABAS DE CALAMAR (1,2,4,3,6,7,9,10,14) ENSALADA: col, zanahoria rallada y manzana FRUTA	PURÉ DE VERDURAS DEL 17 TIEMPO POLLO A LA PEPITORIA (1,3,8) CON ARROZ INTEGRAL FRUTA	ARROZ DE PESCADO (4,9) 18 TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN (3) ENSALADA: lechuga, maíz y aceitunas FRUTA	ESPIRALES AL PESTO 19 (1,3,6,8,7,10) con queso rallado opcional LOMO AMB BRESA ENSALADA: tomate aliñado YOGUR (7)	ESCUDELLA FRESCA 20 MERLUZA AL HORNO CON PATATAS Y SALSA DE PIMIENTOS ROJOS (4) FRUTA
TALLARINES INTEGRALES A 23 LA CARBONARA (1,3,6,7,10) HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANCHA (6,9,12) ENSALADA: col, zanahoria y maíz FRUTA	VICHYSSEOISE 24 MERLUZA A LA MALLORQUINA: patata, acelgas, sofrito, tomate y pimentón (4) FRUTA	SOPA MINISTRONE 25 (1,3,6,9,10) FAJITAS DE POLLO CON VERDURAS (1) YOGUR (7)	GARBANZOS ESCALDINS 26 HALIBUT CON AJETES Y PIMENTÓN AL HORNO (4) con ENSALADA: lechuga, tomate y aceitunas FRUTA	PAELLA DE PESCADO 27 (2,4,9) TORTILLA FRANCESA (3) ENSALADA: mixta FRUTA
PURÉ DE JUDÍA BLANCA 30 Y ZANAHORIA POLLO AL HORNO CON LIMÓN ENSALADA: lechuga, tomate y atún (4) FRUTA	ARROZ DE PESCADO (4,9) 31 TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA (3) ENSALADA:remolacha, zanahoria y maíz FRUTA			

Comensals

— MENJADORS ESCOLARS —

desde 1990

Productes de temporada MARÇ SEGONS APAEMA :

ALL TENDRE, BLEDA, CARABASSA, CARXOFA, COL, COLIFLOR, BRÒQUIL, ENCIAM, ESCAROLA, ESPINACS, FAVES TENDRES, GRELLS, LLIMONA, PASTANAGA, PÈSOLS, RABE, TARONJA I TOMÀTIGA

Menús de Comensals:



Pa moreno integral de forn de llenya - Aigüa embotellada - Oli d'oliva extra verjo premsat amb fred - logurts amb menys de 12,3g de sucre per cada 100 ml - Llegum+cereal=proteïna completa, 100% vegetal - Llegums en estat sec - Sal iodada i espècies de comerç just - Lluç amb certificat MSC (pesca sostenible) - 5% carns i ous amb certificat WELFAIR (benestar animal)

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

Recordam:

En cas d'ALÈRGIA O INTOLERÀNCIA s'adaptarà el menú sempre i quan s'entregui CERTIFICAT MÈDIC.

En cas de DIETA BLANA O ASTRINGENT es donarà: SOPA D'ARRÒS O PURÉ DE PASTANAGA + CARN O PEIX BULLIT O FORN acompanyat de PATATA O ARRÒS BULLIT.

En cas de DIETA NO PORC es donarà POLLASTRE, INDIOT, VEDELLA, PEIX O OU. Disposem de CERTIFICAT HALAL.

Reglament al·lèrgens 1169/2011, 13 de desembre de 2014

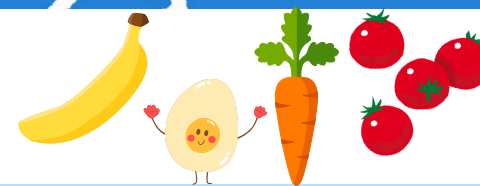
1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet, lactosa 8 Fruits secs amb closca 9 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12 Diòxid de sofre 13 Tramussos 14 Mol·luscs TR Traces



PROPUESTAS DE CENA

MARZO 2026

Nutricionista Neus Goyeneche Tarrida IB0088



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
FESTA ILLES BALEARS 2 	3 Sopa de rape con verduras y arroz + fruta	4 Pavo a la plancha con patata y judía verde + fruta	5 Crema de verduras + sardinitas con harina + fruta	6 Ensalada + pa amb oli de queso + fruta
9 Salmón con puré de patata y brócoli + fruta	10 Huevos fritos con coliflor y chips de moniato + fruta	11 Pollo a la plancha con arroz y guacamole + fruta	12 Sopa + croquetas con ensalada + fruta	13 "Aguiat" de bacalao con patata y verdura + fruta
16 Hamburguesa con puré de patata y calabaza + fruta	17 Pescado al horno con tomate, patata y calabacín + fruta	18 Pollo a la plancha con arroz y champiñones + fruta	19 Revuelto de huevo con guisantes y patata hervida + fruta	20 Sopa + pavo con judía verde + fruta
23 "Raoles" de salmón con arroz y calabaza + fruta	24 Bistec de ternera con puré de moniato y coliflor + fruta	25 Crema de verduras + huevo duro y jamón + fruta	26 Sopa + pollo hervido con judía verde + fruta	27 Ensalada + pizza casera + fruta
30 Merluza al horno con patata, puerro y zanahoria + fruta	31 Crema de verduras + lomo con col salteada + fruta			