

MENÚ JUNY 2021

AMB PROPOSTES DE SOPAR

	DILLUNS	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOURS 3	DIVENDRES 4
DINAR		PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB VERDURES LLUÇ AL FORN AMB SALSA DE PEBRE VERMELL (4) PATATA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX (2,4) LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3) TOMÀTIGA TREMPADA IOGURT NATURAL (7)	ESPAGUETIS INTEGRALS A LA CARBONARA (1,3,7) LLUÇ A LA ESPATLLA (4) LLETUGA ROMANA I PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES TRUITA A LA FRANCESA (3) AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS
SOPAR		ENSALADA DE QUINOIA + POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	REMENAT D'OU AMB PÈSOLS I PERNIL + PA AMB TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	HUMUS AMB CRUDITÉS + CROQUETES DE POLLASTRE FRUITA DEL TEMPS	CONILL AMB CEBA, XAMPNYONS I ARRÒS FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOURS 10	DIVENDRES 11
DINAR	MACARRONS A LA BOLONYESA (1,3) HOKI A LA PLANXA (4) CANONGES, TOMÀTIGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARABASSA I POMA LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) LLETUGA ROMANA, PASTANAGA RATLLADA. IOGURT NATURAL (7)	LLENTIES CUINADES PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA PATATA FREGIDA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS 5 DELICIES (PASTANAGA, PERNIL DOLÇ, BACÓ, PEBRE VERMELL I PÈSOLS) TRUITA DE ESPINACS (3) LLETUGA ROMANA I TOMÀTIGA. FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA ESTOFAT DE VEDELLA AMB SALSA DE VERDURES PATATA FRUITA DEL TEMPS
SOPAR	HAMBURGUESA VEGETAL AMB QUINOIA I TOMÀQUET XERRY FRUITA DEL TEMPS	INDIOT A LA PLANXA AMB ALBERGINIA I ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE BONIATO + TRUITA DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS	LLOM AL FORN AMB COLIFLOR, BROQUIL I PATATA FRUITA DEL TEMPS	SALMÓ A LA PLANXA AMB MONGETA VERDA I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOURS 17	DIVENDRES 18
DINAR	ARRÒS MARINERA AMB GAMBES I PÈSOLS (2,4,14) TRUITA DE PATATA (3) LLETUGUES VARIADES IOGURT NATURAL (7)	CIURONS TREMPATS AMB MONGETA TENDRE, PATATA I OU BOLLIT (3) NUGGETS DE PEIX (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14) LLETUGA, COGOMBRE I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA MARAVILLA AMB BROU DE CARN I VERDURES (1,3,9) POLLASTRE AL FORN PATATA I POMA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA PASTA LLAÇOS AMB TONYINA, PALETS DE CRANC I TOMÀTIGA (1,2,3,4,6) LLUÇ A L'ESPATLLA (4) SALTEJAT DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARABASSÍ AMB CROSTONS (1) HAMBURGUESA MIXTA (6,12) ARRÒS FRUITA DEL TEMPS
SOPAR	SALSITXES AMB COL I PATATA FRUITA DEL TEMPS	INDIOT A LA PLANXA AMB BRÒQUIL I PATATA FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARBASSA + RAP A LA PLANXA AMB CARXOFA TORRADA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE QUINOIA I POLLASTRE FRUITA DEL TEMPS	PA AMB OLI DE TRUITA + CANONGES I REMOLATXA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES	DIJOURS	DIVENDRES
DINAR	CREMA DE VERDURES AMB CIURONS TRUITA A LA FRANCESA (3) LLETUGA, TOMÀTIGA I DAUS DE FORMATGE (7) FRUITA DEL TEMPS	MENÚ ESPECIAL FI DE CURS			
SOPAR	POLLASTRE ARREBOSSAT AMB PÈSOLS I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	ALBERGÍNIES FARCIDES DE GAMBES AMB PATATA FRUITA DEL TEMPS			

Informació sobre els nostres menús

Pa moreno de forn de llenya (producte local) i aigua
Les ensalades estan amanides amb oli d'oliva extra verge premsat en fred
Cuinam alternant oli d'oliva i oli de gira-sol altooleic

Aliments integrals

Piat tradicional de les Illes Balears

Productes ecològics (nombre inscrit Comensals: 1115E Consell Balear de la Producció Agrària Ecològica)

Productes de km 0

Productes de temporada segons el calendari APAEMA

Per l'elaboració dels menús s'ha tingut en compte : Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos així com el Decret 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears.

Informació completa sobre el Reglament Al·lèrgens 1169/2011, 13 de Desembre de 2014 **1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacauets 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**

MENÚ JUNY 2021

NO GLUTEN

	DILLUNS	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
DINAR		PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB VERDURES LLUÇ AL FORN AMB SALS DE PEBRE VERMELL (4) PATATA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX (2,4) LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ TOMÀTIGA TREMPADA IOGURT NATURAL (7)	ESPAGUETIS A LA CARBONARA (7) LLUÇ A LA ESPATLLA (4) LLETUGA ROMANA I PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES TRUITA A LA FRANCESA (3) AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
DINAR	MACARRONS A LA BOLONYESA HOKI A LA PLANXA (4) CANONGES, TOMÀTIGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARABASSA I POMA LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) LLETUGA ROMANA, PASTANAGA RATLLADA. IOGURT NATURAL (7)	LLENTIES CUINADES PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA PATATA FREGIDA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS 5 DELICIES (PASTANAGA, PERNIL DOLÇ, BACÓ, PEBRE VERMELL I PÉSOLS) TRUITA DE ESPINACS (3) LLETUGA ROMANA I TOMÀTIGA. FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA ESTOFAT DE VEDELLA AMB SALS DE VERDURES PATATA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
DINAR	ARRÒS MARINERA AMB GAMBES I PÉSOLS (2,4,14) TRUITA DE PATATA (3) LLETUGUES VARIADES IOGURT NATURAL (7)	CIURONS TREMPATS AMB MONGETA TENDRE, PATATA I OU BOLLIT (3) HOKI A LA PLANXA (4) LLETUGA, COGOMBRE I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA MARAVILLA AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) POLLASTRE AL FORN PATATA I POMA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PASTA LLAÇOS AMB TONYINA I TOMÀTIGA (4) LLUÇ A L'ESPATLLA (4) SALTEJAT DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARABASSÍ HAMBURGUESA MIXTA (6,12) ARRÒS FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
DINAR	CREMA DE VERDURES AMB CIURONS TRUITA A LA FRANCESA (3) LLETUGA, TOMÀTIGA I DAUS DE FORMATGE (7) FRUITA DEL TEMPS	MENU ESPECIAL FI DE CURS ADAPTAT			

Informació sobre els nostres menús

Pa SENSE GLUTEN i aigua

***Les pastes i els arrebossats seràn sense gluten ni ou. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró.**

Les ensalades estàn amanides amb oli d'oliva extra verge premsat en fred
Cuinam alternant oli d'oliva i oli de gira-sol altooleic

Aliments integrals

Plat tradicional de les Illes Balears

Productes ecològics (nombre inscrit Comensals: 1115E Consell Balear de la Producció Agrària Ecològica)

Productes de km 0

Productes de temporada segons el calendari APAEMA

Per l'elaboració dels menús s'ha tingut en compte : Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos així com el Decret 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears.

Informació completa sobre el Reglament Al·lèrgens 1169/2011, 13 de Desembre de 2014 **1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacauets 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**

MENÚ JUNY 2021

NO OU

	DILLUNS	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
DINAR		PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB VERDURES LLUÇ AL FORN AMB SALS DE PEBRE VERMELL (4) PATATA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX (2,4) LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ TOMÀTIGA TREMPADA IOGURT NATURAL (7)	ESPAGUETIS A LA CARBONARA (7) LLUÇ A LA ESPATLLA (4) LLETUGA ROMANA I PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES POLLASTRE A LA PLANXA AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
DINAR	MACARRONS A LA BOLONYESA HOKI A LA PLANXA (4) CANONGES, TOMÀTIGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARABASSA I POMA LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) LLETUGA ROMANA, PASTANAGA RATLLADA. IOGURT NATURAL (7)	LLENTIES CUINADES PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA PATATA FREGIDA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS 5 DELICIES (PASTANAGA, PERNIL DOLÇ, BACÓ, PEBRE VERMELL I PÉSOLS) HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12) LLETUGA ROMANA I TOMÀTIGA. FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA ESTOFAT DE VEDELLA AMB SALS DE VERDURES PATATA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
DINAR	ARRÒS MARINERA AMB GAMBES I PÉSOLS (2,4,14) INDIOT A LA PLANXA LLETUGUES VARIADES IOGURT NATURAL (7)	CIURONS TREMPATS AMB MONGETA TENDRE I PATATA HOKI A LA PLANXA (4) LLETUGA, COGOMBRE I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA MARAVILLA AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) POLLASTRE AL FORN PATATA I POMA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PASTA LLAÇOS AMB TONYINA I TOMÀTIGA (4) LLUÇ A L'ESPATLLA (4) SALTEJAT DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARABASSÍ AMB CROSTONS (1) HAMBURGUESA MIXTA (6,12) ARRÒS FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
DINAR	CREMA DE VERDURES AMB CIURONS HAMBURGUESA D'AU A LA PLANXA LLETUGA, TOMÀTIGA I DAUS DE FORMATGE (7) FRUITA DEL TEMPS	MENU ESPECIAL FI DE CURS ADAPTAT			

Informació sobre els nostres menús

Pa SENSE GLUTEN i aigua

***Les pastes i els arrebossats seràn sense gluten ni ou. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró.**

Les ensalades estàn amanides amb oli d'oliva extra verge premsat en fred
Cuinam alternant oli d'oliva i oli de gira-sol altooleic

Aliments integrals

Plat tradicional de les Illes Balears

Productes ecològics (nombre inscrit Comensals: 1115E Consell Balear de la Producció Agrària Ecològica)

Productes de km 0

Productes de temporada segons el calendari APAEMA

Per l'elaboració dels menús s'ha tingut en compte : Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos així com el Decret 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears.

Informació completa sobre el Reglament Al·lèrgens 1169/2011, 13 de Desembre de 2014 **1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacauets 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**

MENÚ JUNY 2021

NO LACTOSA NI PVL

	DILLUNS	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOURS 3	DIVENDRES 4
DINAR		PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB VERDURES LLUÇ AL FORN AMB SALSÀ DE PEBRE VERMELL (4) PATATA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX (2,4) LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3) TOMÀTIGA TREMPADA FRUITA DEL TEMPS	ESPAGUETIS INTEGRALS NAPOLITANA (1,3) LLUÇ A LA ESPATLLA (4) LLETUGA ROMANA I PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES TRUITA A LA FRANCESA (3) AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOURS 10	DIVENDRES 11
DINAR	MACARRONS A LA BOLONYESA AMB CARN D'AU (1,3) HOKI A LA PLANXA (4) CANONGES, TOMÀTIGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARABASSA I POMA LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIURÓ (4) LLETUGA ROMANA, PASTANAGA RATLLADA. FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES CUINADES PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA PATATA FREGIDA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS 5 DELICIES (PASTANAGA, PERNIL DOLÇ, BACÓ, PEBRE VERMELL I PÉSOLS) TRUITA DE ESPINACS (3) LLETUGA ROMANA I TOMÀTIGA. FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA ESTOFAT DE PORC AMB SALSÀ DE VERDURES PATATA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOURS 17	DIVENDRES 18
DINAR	ARRÒS MARINERA AMB GAMBES I PÉSOLS (2,4,14) TRUITA DE PATATA (3) LLETUGUES VARIADES FRUITA DEL TEMPS	CIURONS TREMPATS AMB MONGETA TENDRE, PATATA I OU BOLLIT (3) HOKI A LA PLANXA (4) LLETUGA, COGOMBRE I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA MARAVILLA AMB BROU DE CARN I VERDURES (1,3,9) POLLASTRE AL FORN PATATA I POMA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA PASTA LLAÇOS AMB TONYINA I TOMÀTIGA (1,3,4) LLUÇ A L'ESPATLLA (4) SALTEJAT DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARABASSÍ AMB CROSTONS (1) HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12) ARRÒS FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES	DIJOURS	DIVENDRES
DINAR	CREMA DE VERDURES AMB CIURONS TRUITA A LA FRANCESA (3) LLETUGA I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	MENU ESPECIAL FI DE CURS ADAPTAT			

Informació sobre els nostres menús

Pa moreno de forn de llenya (producte local) i aigua
Les ensalades estan amanides amb oli d'oliva extra verge premsat en fred
Cuinam alternant oli d'oliva i oli de gira-sol altooleic

Aliments integrals

[Plat tradicional de les Illes Balears](#)

[Productes ecològics \(nombre inscrit Comensals: 1115E Consell Balear de la Producció Agrària Ecològica\)](#)

[Productes de km 0](#)

[Productes de temporada segons el calendari APAEMA](#)

Per l'elaboració dels menús s'ha tingut en compte: Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos así como el Decreto 39/2019, de 17 de mayo, sobre la promoción de la dieta mediterránea en los centros educativos i sanitaris de les Illes Balears.

Informació completa sobre el Reglament Al·lèrgens 1169/2011, 13 de Desembre de 2014 **1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacauets 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**

L'objectiu d'aquesta dieta és eliminar la ingesta de proteïnes de la llet de vaca per evitar els efectes del procés al·lèrgic. També s'ha d'excloure de la dieta la llet de cabra i d'ovella per la similitud de les seves proteïnes. Algunes persones també han d'evitar la carn de vedella.

MENÚ JUNY 2021

NO LLEGUM

	DILLUNS	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOURS 3	DIVENDRES 4
DINAR		PURÉ DE VERDURES LLUÇ AL FORN AMB SALSA DE PEBRE VERMELL (4) PATATA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX (2,4) LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3) TOMÀTIGA TREMPADA IOGURT NATURAL (7)	ESPAGUETIS INTEGRALS A LA CARBONARA (1,3,7) LLUÇ A LA ESPATLLA (4) LLETUGA ROMANA I PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB PERNIL, OLI I ORÉNGA (1,3) TRUITA A LA FRANCESA (3) AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOURS 10	DIVENDRES 11
DINAR	MACARRONS A LA BOLONYESA (1,3) HOKI A LA PLANXA (4) CANONGES, TOMÀTIGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARABASSA I POMA LLUÇ A LA PLANXA (4) LLETUGA ROMANA, PASTANAGA RATLLADA. IOGURT NATURAL (7)	SOPA AMB BROU DE VERDURES (1,3,9) PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA PATATA FREGIDA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS 4 DELÍCIES (PASTANAGA, PERNIL DOLÇ, BACÓ I PEBRE) TORTILLA FRANCESA (3) LLETUGA ROMANA I TOMÀTIGA. FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA ESTOFAT DE VEDELLA AMB SALSA DE VERDURES SENSE PÈSOLS PATATA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOURS 17	DIVENDRES 18
DINAR	ARRÒS AMB SALSA DE TOMATIGA TRUITA DE PATATA (3) LLETUGUES VARIADES IOGURT NATURAL (7)	CREMA DE PASTANAGA HOKI A LA PLANXA (4) LLETUGA, COGOMBRE I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA MARAVILLA AMB BROU DE CARN I VERDURES (1,3,9) POLLASTRE AL FORN PATATA I POMA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA PASTA LLAÇOS AMB TONYINA I TOMÀTIGA (1,3,4) LLUÇ A L'ESPATLLA (4) SALTEJAT DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CARABASSÍ AMB CROSTONS (1) HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12) ARRÒS FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES	DIJOURS	DIVENDRES
DINAR	CREMA DE VERDURES TRUITA A LA FRANCESA (3) LLETUGA, TOMÀTIGA I DAUS DE FORMATGE (7) FRUITA DEL TEMPS	MENU ESPECIAL FI DE CURS ADAPTAT			

Informació sobre els nostres menús

Pa moreno de forn de llenya (producte local) i aigua
Les ensalades estan amanides amb oli d'oliva extra verge premsat en fred
Cuinam alternant oli d'oliva i oli de gira-sol altooleic

Aliments integrals

Plat tradicional de les Illes Balears

Productes ecològics (nombre inscrit Comensals: 1115E Consell Balear de la Producció Agrària Ecològica)

Productes de km 0

Productes de temporada segons el calendari APAEMA

Per L'elaboració dels menús s'ha tingut en compte : Documento de consenso sobre la alimentació en los centros educativos així com el Decret 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears.

Informació completa sobre el Reglament Al·lèrgens 1169/2011, 13 de Desembre de 2014 **1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacauets 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**

MENÚ JUNY 2021

DAO

	DILLUNS	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
DINAR		PURÉ DE LLENTIA VERMELLA I VERDURES DAO INDIOT A LA PLANXA PASTANAGA FRUITA DAO	ARRÒS AMB PÈSOLS POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ CANONGES FRUITA DAO	ESPAGUETIS AMB Salsa DE PORRO HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12) LLETUGA ROMANA I PASTANAGA RATLLADA FRUITA DAO	CUINAT DE LLENTIES AMB PORRO I CARBASSA POLLASTRE A LA PLANXA PASTANAGA FRUITA DAO
	DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
DINAR	MACARRONS SENSE GLUTEN AMB PERNIL, OLI I ORÉNGA POLLASTRE A LA PLANXA CANONGES FRUITA DAO	CREMA DE CARABASSA I POMA INDIOT A LA PLANXA LLETUGA ROMANA, PASTANAGA RATLLADA. FRUITA DAO	CUINAT DE LLENTIES AMB PORRO I CARBASSA PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA MONIATO FREGIDA FRUITA DAO	ARRÒS AMB PASTANAGA HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12) LLETUGA ROMANA FRUITA DAO	PURÉ DE VERDURES DAO ESTOFAT DE VEDELLA PASTANAGA FRUITA DAO
	DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
DINAR	ARRÒS AMB PASTANAGA I PÈSOLS INDIOT A LA PLANXA LLETUGUES VARIADES FRUITA DAO	CREMA DE PASTANAGA HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12) LLETUGA, COGOMBRE I PASTANAGA FRUITA DAO	SOPA MARAVILLA AMB BROU DE CARN I VERDURES DAO (9) POLLASTRE AL FORN POMA FRUITA DAO	AMANIDA PASTA LLAÇOS AMB LLETUGA, OLI I SAL INDIOT A LA PLANXA SALTEJAT DE CARBASSÓ FRUITA DAO	PURÉ DE CARABASSÍ HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12) ARRÒS FRUITA DAO
	DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
DINAR	CREMA DE VERDURES DAO HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12) LLETUGA FRUITA DAO	MENÚ ESPECIAL FI DE CURS ADAPTAT			

Informació sobre els nostres menús

Pa sense gluten i aigua

Les ensalades estan amanides amb oli d'oliva extra verge premsat en fred

Cuinam alternant oli d'oliva i oli de gira-sol altooleic

[Plat tradicional de les Illes Balears](#)

[Productes ecològics](#)

[Productes de km 0](#)

[Productes de temporada segons el calendari APAEMA](#)

Per l'elaboració dels menús s'ha tingut en compte: Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos així com el Decret 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears.

Informació completa sobre el Reglament Al·lèrgens 1169/2011, 13 de Desembre de 2014 **1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacauets 6 Soja 7 Llet, lactosa 8 Fruïts secs amb closca 9 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12 Diòxid de sofre 13 Tramussos 14 Mol·luscs TR Traces**

recordatori DAO

PODEN MENJAR

VERDURES: ENCIAM, ENDÍVIES, ESCAROLA, CRÉIXENTS, CANONGES, RÚCULA, COLS DE BRUSEL·LES, COLIFLOR, COL LOMBARDA, BRÒQUIL, CARXOFES, PASTANAGA, BONIATO, COGOMBRE, ALL, CEBA, PORRO, CARBASSÓ, CARBASSA, ESPÀRRECS, REMOLATXA, MONGETA VERDA, NAPS, RAVANETS, ÀPID (*la carbassa i el carbassó amb moderació)

CARN (XAI, VADELLA, CONILL, SENGLAR, POLLASTRE, GALL D'INDI), **LLEGUM** (PÈSOLS, LLENTIES, FAVES, MONGETA SECA, AZUKIS), **FARINACIS** (MILLOR SENSE GLUTEN: QUINOA, *ESPELTA, ARRÒS, PASTA SENSE GLUTEN) **LLAVORS** (LLI, SÈSAM, TAHINI, CÀNEM), ALGUES, ROVELL D'OU, LLETS (D'ARRÒS, AVENA*), SÈSAM, COCO, D'OVELLA, D'EUGA O DE CABRA) * hi ha aliments que duen petites quantitats de gluten, millor no donar-los.

FRUITA: POMA, PERA, MANGO, COCO, LIXIS, RAÏM, MELÓ (si és molt madur no s'aconseïlla), SÍNDRIA, FIGUES, PRÉSSEC, CIRERES, ALBERCOC, NECTARINES

*Les pastes i els arrebossats seràn sense gluten ni ou. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena