


FEBRER 2025

AMB PROPOSTES DE SOPAR

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	<p>ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA CASOLANA (amb ceba, porro, tomàtiga triturada, pastanagó, alls i llorer)</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, pastanaga i pipes (8)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>SOPA DE BULLIT (1,3,6,10)</p> <p>BULLIT DE POLLASTRE AMB PATATA, PASTANAGA I MONGETA VERDA BULLIDA</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CUINAT DE LLENTIES (1) (amb ceba, porro, tomàtiga, carabassa, mongeta verda, brou de verdures, alls i llorer)</p> <p>LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIGRÓ (4)</p> <p>AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7)</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>CREMA DE VERDURES DEL TEMPS</p> <p>AGUIAT DE PILOTES MIXTES A LA JARDINERA (6,9,12): pastanaga, pesols i ceba</p> <p>CÚSCÚS (1)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>AGUIAT DE CIGRONS: espinacs, pastanaga, ceba, bledes i patata</p> <p>LLUÇ A LA PLANXA AMB LLIMONA, ALL I JULIVERT (4)</p> <p>AMANIDA: iceberg, tomàtiga i cogombre</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	<p>PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB CARBASSA (1)</p> <p>RABES DE CALAMAR (1,2,4,3,6,7,9,10,14)</p> <p>AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ARRÒS DE PEIX (4)</p> <p>TRUITA DE PATATA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, formatge i olives (7)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ESPAGUETIS AMB SALSA DE TOMÀTIGA I TONYINA (1,3,6,10,4)</p> <p>INDIOT A LA PLANXA</p> <p>AMANIDA: iceberg, brots de soja i pastanaga (6)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ESCUDELLA FRESCA</p> <p>LLUÇ AL FORN AMB PATATES I SALSA DE PEBRES VERMELLS (ceba, alls, pebre vermell, tomàtiga i pebre bord)</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE</p> <p>POLLASTRE AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i llet de coco)</p> <p>ARRÒS INTEGRAL</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	<p>MACARRONS INTEGRALS A LA CARBONARA (ceba, pernil dolç, bacó i nata) (1,3,6,7,10)</p> <p>HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12)</p> <p>AMANIDA: lletuga, cogombre i tomàtiga</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>CIGRONS ESCALDINS</p> <p>LLUÇ A LA MALLORQUINA: patata, bledes, grells, tomàtiga i pebre bord</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>QUINOA AMB VERDURES ceba, pebre vermell, pastanagó i bròquil</p> <p>NUGGETS DE POLLASTRE (1,2,3,4,6,7,14)</p> <p>AMANIDA: romana, pastanaga i olives</p> <p>IOGURT (7)</p>	<p>CREMA DE COLIFLOR I COCO</p> <p>RODÓ D'INDIOT AMB PATATA AL FORN</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>PAELLA CEGA AMB POLLASTRE I VERDURES</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: iceberg, tomàtiga i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	<p>CREMA DE MONGETA BLANCA I CARBASSA</p> <p>TRUITA DE PATATA I CEBA (3)</p> <p>AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7)</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>FIDEUS DE PEIX (1,3,6,4,10)</p> <p>PITRERA DE POLLASTRE ARREBOSSADA (1,2,3,4,6,7,10,14)</p> <p>AMANIDA: lletuga, remolatxa i blat de les índies</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ARRÒS BRUT</p> <p>PALOMETA AL FORN AMB SALSA DE TOMÀTIGA (4)</p> <p>BRÒQUIL AL VAPOR</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>VICHYSOISE (7)</p> <p>AGUIAT DE PORC AMB PATATA I VERDURA</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>FESTIU</p> 

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

FEBRER 2025

AMB PROPOSTES DE SOPAR

Informació sobre els nostres menús
<p>Sempre hi ha Pa moreno integral de forn de llenya (producte local) d'acompanyament i aigua embotellada</p> <p>Les amanides estan trempades amb oli d'oliva extra verge premat en fred</p> <p>Els nostres iogurts no contenen més de 12,3g de sucre per cada 100ml</p> <p>En ocasions combinem cereal i llegum per obtenir proteïna vegetal d'alta qualitat.</p> <p>Utilitzem sal i espècies de comerç just.</p> <p>Tot el nostre lluç té certificat MSC (pesca sostenible certificada).</p> <p>Un 10% dels nostres ingredients i/o productes són de proximitat i de km0. El producte a servir dependrà de l'època de l'any.</p> <p>El 5% de les nostres carns d'au tenen certificat "welfare" que promou el benestar animal.</p> <p>El 5% Dels nostres ous tenen certificat "welfare" que promou el benestar animal.</p> <p>Utilitzem Plats tradicionals de les Illes Balears destacats en el text amb lila</p> <p>Utilitzem Productes ecològics, destacats en el text amb verd</p> <p>Utilitzem Productes de temporada segons el calendari APAEMA:</p> <p>* en cas d'al·lèrgies o intoleràncies alimentàries s'adaptarà el menú sempre i quan s'entregui certificat mèdic.</p> <p>* en cas de dieta blanda i estricta (mal de panxa) es donarà: sopa d'arròs o puré de pastanaga + segon plat de carn o peix bullit, al forn o a la planxa amb patata, pastanaga o arròs blanc bullit de guaraní.</p> <p>* en cas de dieta sense carn de porc per crencies religioses, se li donarà com a substitució pollastre, indi, vedella, peix o ou.</p> <p>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.</p> <p>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</p>

PROPOSTES DE SOPARS COMPLEMENTARIS

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
<i>Crema de verdures + lluç amb patata bullida + fruita</i>	<i>Amanida de tomàtiga i poma + croquetes de pernil amb pèsols + fruita</i>	<i>Pollastre bullit amb amb pastanaga i blat de les índies + fruita</i>	<i>Truïta de patata amb pa moreno, tomàtiga i olives + fruita</i>	<i>Sopa + salsitxes amb avocat + fruita</i>
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
<i>Pollastre a la planxa amb patata i bròquil+ fruita</i>	<i>Humus amb crudités + pa amb oli de formatge + fruita</i>	<i>Arròs amb rap, pastanaga i pèsols + fruita</i>	<i>Indi a la planxa amb moniato i coliflor + fruita</i>	<i>Daurada al forn amb patata i carbassó + fruita</i>
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
<i>Amanida de remolatxa i poma + sopa de peix amb arròs+ fruita</i>	<i>"fagites" de pollastre amb verdura + fruita</i>	<i>Truïta francesa amb arròs i pèsols + fruita</i>	<i>Avocat i tomàtiga + pa amb oli de formatge + fruita</i>	<i>Bacallà a la planxa amb carbassa i patata + fruita</i>
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
<i>Salmó a la planxa amb arròs i bròquil + fruita</i>	<i>Mongeta verda amb patata i ou dur + fruita</i>	<i>Indi al forn amb moniato i carbassó + fruita</i>	<i>Tomàtiga trempada amb blat de les índies + Sopa de bullit de peix + fruita</i>	<i>festiu</i>

FEBRER 2025

AMB PROPOSTES DE SOPAR