Comedores Escolares Julio Tundidor Molina SL

Menú GENERAL	**CEIP SON CALIU**	mes d'abril de 2022

				1 SOPA DE BROU DE PEIX SALSITXES AL FORN ENSALADA VARIADA AMB TONYINA FRUITA DE TEMPORADA ***Suggeriment de sopar:*** Pizza casolana variada / Fruita
4 ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA (ceba, pastanaga, all, llorer i tomàtiga) LLUÇ AMB ARREBOSSAT CASOLÀ (ou i farina de blat) ENSALADA VARIADA AMB OLIVES FRUITA DE TEMPORADA ***Suggeriment de sopar:*** *Cuinat de llenties amb verdures i patata / Fruita*	5 AGUIAT DE CIGRONS ECOLÒGICS AMB VERDURES (ceba, pebres, tomàtiga, bledes o espinacs) TRUITA DE PATATA I CEBA ENSALADA CAPRESE FRUITA CÍTRICA ***Suggeriment de sopar:*** Puré de carabassí i lluç arrebossat amb pastanaga al vapor / Fruita	6 SOPA DE BROU D'AU LLOM AL FORN VERDURES (ceba, pastanaga, pèsols i tomàtiga) I PATATA IOGURT ***Suggeriment de sopar:*** Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita	7 PURÉ DE PASTANAGA ECOLÒGICA I PÈSOLS POLLASTRE AMB SALSA AL PEBRE ARRÒS SALTEJAT FRUITA DE TEMPORADA ***Suggeriment de sopar:*** Ensalada variada i sípia a la planxa amb patata / Fruita	8 ESPAGUETIS INTEGRALS AGLIO E OLIO FOGONERO A LA PLANXA AMB PICADA (all, julivert i llimona) ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA DE TEMPORADA ***Suggeriment de sopar:*** "Tortillas" mexicanes amb verdures i pollastre / Fruita
11 LLENTIES ECOLÒGIQUES ESTOFADES AMB VERDURES (ceba, pebres, tomàtiga, pastanaga i bledes) TRUITA A LA FRANCESA PATATES AL VAPOR FRUITA CÍTRICA ***Suggeriment de sopar:*** *Ensalada i indiot a la planxa amb arròs / Fruita*	12 ESPIRALS A LA PIZZAIOLA (ceba, tomàtiga, alfàbrega, orenga i julivert) LIMANDA A L'ANDALUSA (farina de blat) ENSALADA VARIADA AMB OLIVES NEGRES FRUITA DE TEMPORADA ***Suggeriment de sopar:*** Cuscús saltejat amb verdures i cigrons / Fruita	13 PAELLA DE CARN I VERDURES CROQUETES DE POLLASTRE ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES IOGURT ***Suggeriment de sopar:*** Lluç al forn amb ceba, porros i puré de patata / Fruita	14 	15
18	19	20	21	22
25 100 % TEMPORADA "ARRÒS BRUT" (ceba, tomàtiga, carxofes, pèsols, colflori, xampinyons i carn variada) RABES DE CALAMAR CASOLANES ENSALADA VARIADA AMB TONYINA FRUITA DE TEMPORADA ***Suggeriment de sopar:*** *Espirals de llegum amb ratatouille / Fruita*	26 SOPA DE BROU D'AU POLLASTRE ROSTIT A LA LLIMONA VERDURES I PATATA ROSTIDA FRUITA CÍTRICA ***Suggeriment de sopar:*** Ensalada variada i llenguado arrebossat / Fruita	27 AGUIAT DE CIGRONS ECOLÒGICS AMB VERDURES (ceba, pebres, tomàtiga, bledes o espinacs) HAMBURGUESA CASOLANA A LA PLANXA (magre i morcillo) PURÉ DE PATATA IOGURT ***Suggeriment de sopar:*** Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita	28 MACARRONS INTEGRALS A LA CARBONARA (ceba, nata i bacó) LLUÇ A LA MILANESA (all, julivert, ou i farina de blat) ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA DE TEMPORADA ***Suggeriment de sopar:*** Llenties estofades amb verdures i arròs / Fruita	29 PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA ECOLÒGICA TRUITA DE PATATA I CARABASSÍ ENSALADA VARIADA AMB OLIVES FRUITA DE TEMPORADA ***Suggeriment de sopar:*** Coca de verdures i sardines / Fruita

NOTA INFORMATIVA :
El menú pot variar per problemes amb els subministraments.

Import Mensual	**84,42 €**
Vals diaris	**6,63 €**
La quota s'abonarà de dia 1 al 5 de cada mes	

Els menús van acompanyats de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i trempar els plats.
Cada mes incorporam, en la mesura de les possibilitats del mercat, productes de proximitat.
SI NECESSITA INFORMACIÓ DEL AL·LÈRGENS CONTINGUTS EN EL MENÚ CONTACTI AMB LES OFICINES.

Carrer Lleó, 8 - 07181 Calvià Illes Balears
T 971 68 24 15 - comedoresescolares@jtmsl.es

Víctor Tundidor Molina. Chef de la escuela
María Colomer Valiente. Dietista-nutricionista Col IB00005