



CEIP SON CALIU

Menú GENERAL mes de desembre de 2023

Els menús van acompanyats de pa blanc i aigua. Els divendres s'ofereix pa integral. La cuina utilitza Oli d'Oliva i Oli de Girasol Alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar en cru.

Les fruites del mes de desembre són: mandarina de proximitat, poma, taronja de proximitat, pera, plàtan i raïm.







Las hortalisses del mes de desembre són: bledes, carxofes, api, albergínia, bròquil, carabassí, carabassa, ceba, col lombarda, col repollo, colfiori, escarola, espinac, lletuga, cogombre, pebre, porro, tomàtiga i pastanaga.



Bon Nadal !

1  
PAELLA DE VERDURES DE TEMPORADA  
TRUITA A LA FRANCESA (3)  
TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA  
FRUITA DE TEMPORADA  
Suggeriment de sopar:  
Truites mexicanes de pollastre i verdures / Fruita

4 5 6 7 8

CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA	LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA I VERDURES (ceba, pebres, tomàtiga, pastanaga i bledes) (1)	Festiu		No lectiu		Festiu	
FILET D'INDIOT A LA PLANXA	CROQUETES DE POLLASTRE (1,3,6,7,9,10,11)						
PATATES FREGIDES	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, tomàtiga i pastanaga)						
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA						
Suggeriment de sopar: Ensalada i salmó amb arròs / Fruita	Suggeriment de sopar: Verdures saltejades i cuscús integral amb fruita seca / Fruita						

11 12 13 14 15

ESPAGUETIS INTEGRALS AGLIO E OLIO (1,3)	CREMA DE CARABASSA (ceba, porro, carabassa i patata) I LLENTIES	SOPA DE "BULLIT" (1,3) (amb pasta integral)	CUINAT DE CIGRONS AMB VERDURES (all, ceba, tomàtiga, bledes i pastanaga)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA CASOLANA
LIMANDA A LA MILANESA (all, julivert, ou i farina de blat) (1,3,4)	TRUITA DE PATATA I CARABASSÍ (3)	100 % TEMPORADA "BULLIT MALLORQUÍ"	LLOM ROSTIT	SALMÓ AMB ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3,4)
ENSALADA CON OLIVES (lletuga, iceberg i tomàtiga)	ENSALADA AMB SÈSAM (lletuga, pastanaga i tomàtiga cicerol) (11)	Pollastre, mongetes tendres, pastanaga i patata	CEBA, PASTANAGA, POMA I PATATA	ENSALADA DE TARDOR (lletuga, escarola, pastanaga i olives negres)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL ENSUCRAT (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Verdures saltejades amb indiots i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb sanfaina de verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i lluç amb arròs / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de verdures i quiche casolana variada / Fruita

18 19 20 21

CREMA DE PASTANAGA (ceba, porro, pastanaga i patata)	LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA I VERDURES (ceba, pebres, tomàtiga, pastanaga i bledes) (1)	ESPIRALS A LA CARBONARA (ceba, bacó i nata) (1,3,6,7)	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES (1,3,9)
SALSITXES DE PORC AL FORN (6,7,12)	TRUITA A LA FRANCESA (3)	LLUÇ AL FORN (4)	POLLASTRE AMB ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3)
ARRÒS SALTEJAT AMB PÈSOLS	ENSALADA CON OLIVES (lletuga, iceberg i tomàtiga)	ENSALADA AMB CRÉIXENS (iceberg, créixens, tomàtiga cicerol i pastanaga)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	PETIT SUISSÉ
Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i llenguado amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Verdures saltejades i cuscús integral amb parmesà / Fruita	Suggeriment de sopar: Cigrons amb verdures, aromàtiques i arròs / Fruita	Suggeriment de sopar: Hamburguesa de lleties amb moniato i col / Fruita



Al·lèrgens de declaració obligatòria

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·luscs

Import Mensual	72,36 €
Vales diaris	6,63 €
La quota s'abonarà de l'1 al 5 de cada mes	