



CEIP SON CALIU

Menú GENERAL mes de diciembre de 2023

Los menús van acompañados de pan blanco y agua. Los viernes se ofrece pan integral. La cocina utiliza aceite de oliva y aceite de girasol alto oleico para cocinar y aceite de oliva virgen extra para aliñar.

Las frutas del mes de diciembre son: mandarina de proximidad, manzana, naranja de proximidad, pera, plátano y uva.

Las hortalizas del mes de diciembre son: acelgas, alcachofa, apio, berenjena, brócoli, calabacín, calabaza, cebolla, col lombarda, col repollo, coliflor, escarola, espinaca, lechuga, pepino, pimiento, puerro, tomate, zanahoria.

- 1 PAELLA DE VERDURAS DE TEMPORADA
- TORTILLA A LA FRANCESA (3)
- TOMATE ALIÑADO CON ORÉGANO
- FRUTA DE TEMPORADA
- Sugerencia de cena: Tortillas mexicanas de pollo y verduras / Fruta



¡ Feliz Navidad !

4 5 6 7 8

CREMA DE VERDURAS DE TEMPORADA	LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURAS (cebolla, pimientos, tomate, zanahoria y acelgas) (1)
FILETE DE PAVO A LA PLANCHA	CROQUETAS DE POLLO (1,3,6,7,9,10,11)
PATATAS FRITAS	ENSALADA CON MAÍZ (iceberg, tomate, zanahoria)
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Sugerencia de cena: Ensalada y salmón con arroz / Fruta	Sugerencia de cena: Verduras salteadas y cuscús integral con frutos secos / Fruta

Festivo No lectivo Festivo

11 12 13 14 15

ESPAGUETIS INTEGRALES AGLIO E OLIO (1,3)	CREMA DE CALABAZA (cebolla, puerro, calabaza, patata) Y LENTEJAS	SOPA DE "BULLIT" (1,3) (con pasta integral)	GUISO DE GARBANZOS CON VERDURAS (ajo, cebolla, tomate, acelgas, zanahoria)	ARROZ INTEGRAL CON SALSA DE TOMATE CASERA
LIMANDA A LA MILANESA (ajo, perejil, huevo, harina de trigo) (1,3,4)	TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN (3)	100 % TEMPORADA "BULLIT MALLORQUÍ"	LOMO ASADO	SALMÓN CON EMPANADO CASERO (1,3,4)
ENSALADA CON ACEITUNAS (lechuga, iceberg, tomate)	ENSALADA CON SÉSAMO (lechuga, zanahoria, tomate cherry) (11)	Pollo, judía verdes, zanahoria, patata	CEBOLLA, ZANAHORIA, MANZANA Y PATATA	ENSALADA DE OTOÑO (lechuga, escarola, zanahoria, aceitunas negras)
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL AZUCARADO (7)	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Sugerencia de cena: Verduras salteadas con pavo y cuscús / Fruta	Sugerencia de cena: Espirales de legumbre con sanfaina de verduras / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada y merluza con arroz / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada variada y tortilla de patata y cebolla / Fruta	Sugerencia de cena: Crema de verduras y quiche casera variada / Fruta

18 19 20 21

CREMA DE ZANAHORIA (cebolla, puerro, zanahoria, patata)	LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURAS (cebolla, pimientos, tomate, zanahoria y acelgas) (1)	ESPIRALES A LA CARBONARA (cebolla, bacon, nata) (1,3,6,7)	SOPA DE CALDO DE POLLO Y VERDURAS (1,3,9)
SALCHICHAS DE CERDO AL HORNO (6,7,12)	TORTILLA A LA FRANCESA (3)	MERLUZA AL HORNO (4)	POLLO EMPANADO CASERO (1,3)
ARROZ SALTEADO CON GUISANTES	ENSALADA CON ACEITUNAS (lechuga, iceberg, tomate)	ENSALADA CON CANÓNIGOS (iceberg, canónigos, tomate cherry, zanahoria)	TOMATE ALIÑADO CON ORÉGANO
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	PETIT SUISE
Sugerencia de cena: Sopa de pasta y lenguado con ensalada / Fruta	Sugerencia de cena: Verduras salteadas y cuscús integral con parmesano / Fruta	Sugerencia de cena: Garbanzos con verduras, aromáticos y arroz / Fruta	Sugerencia de cena: Hamburguesa de legumbre con boniato y col / Fruta



Alérgenos de declaración obligatoria

1: Gluten 2: Crustáceos 3: Huevo 4: Pescado 5: Cacahuets 6: Soja 7: Llet 8: Frutos seos de cáscara 9: Apio 10: Mostaza 11: Sésamo 12: Sulfitos 13: Altramuces 14: Moluscos

Importe Mensual	72,36 €
Vales diarios	6,63 €
La cuota se abonará del 1 al 5 de cada mes	