



CEIP Menú GENERAL mes de febrer de 2025

Els menús van acompanyats de pa blanc i divendres pa moreno i aigua. 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 febrer són: mandarina, poma, taronja, pera i plàtan.

Las hortalisses del mes de novembre són: **bledes, carxofes, bròquil, carabassa, col, colfiori, escarola, espinac, porro i pastanaga.**

El iogurt natural es servirà amb sucre o sense sucre, a petició del centre educatiu. El iogurt natural ensucrat conté < 12,3g sucres/ 100g

3	4	5	6	7
FIDEUS PAGESOS (1,3)	CREMA DE PASTANAGA I MONGETES	SOPA DE "BULLIT" (1,3) (amb pasta integral)	PAELLA DE CARN I VERDURES	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES (1)
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	LIMANDA AL FORN AMB SALSAS VERDA (4)	"BULLIT MALLORQUÍ"	GALLINETA A LA PLANXA AMB PICADA (all, julivert i llimona) (4)	ESCALOP CASOLÀ DE LLOM (ou i pa ratllat) (1,3)
ENSALADA AMB OLIVES (romana, iceberg i tomàtiga)	ARRÒS SALTEJAT	Pollastre, mongetes tendres, pastanaga i patata	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, fulla de roure, toàtiga i pastanaga)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb pisto de verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i raoles de verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: "Cuscús" saltejat amb verdures i soja texturitzada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada / Fruita
10	11	12	13	14
ESPIRALS A LA CARBONARA (ceba, bacon i nata) (1,3,6,7)	ARRÒS DE PEIX (2,4,14)	CREMA DE COLFLORI	ESTOFAT DE CIGRONS AMB BLEDES	SOPA DE BROU DE CARN (1,3,9)
PALOMETA AL FORN AMB PICADA (4)	LLOMP PLANXA	PILOTES DE CARN MIXTA (6,9)	PIZZA DE PERNIL I FORMATGE (1,6,7,12)	LLUÇ A LA MILANESA (all, julivert, ou i farina de blat) (1,3,4)
ENSALADA CON TOMÀTIGA CICEROL (romana, pastanaga i tomàtiga cicero)	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, fulla de roure, tomàtiga i pastanaga)	VERDURES (ceba, pastanaga, pèsols i salsa de tomàtiga) I PATATA	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	PÈSOLS, PASTANAGA I PATATA
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Bullit de patata, verdures i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb pisto de verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i llong de tonyina amb carabassí / Fruita	Suggeriment de sopar: "Quesadillas" casolanes variades / Fruita
17	18	19	20	21
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES (1)	SOPA DE BROU D'AU (1,3,9)	"ARRÒS BRUT"	CREMA DE PÈSOLS	LASSANYA DE CARN (1,2,3,4,6,7,8,9,10,11,12,13,14)
CROQUETES DE POLLASTRE (1,3,6,7,9,10,11)	GALLINETA AL FORN (4)	TRUITA FRANCESA (3)	ESTOFAT DE POLLASTRE	LIMANDA A LA PLANXA AMB PICADA (all, julivert, llimona) (4)
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, fulla de roure, tomàtiga i pastanaga)	CEBA, PEBRE VERMELL I PATATA PANADERA	TOMÀTIGA TREMPADA AMB ALFÀBREGA	PATATA Y VERDURES (all, ceba, tomàtiga, lloret i pastanaga)	ENSALADA AMB OLIVES (romana, iceberg i tomàtiga)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema de verdures i indiots a la planxa amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i falàfel de cigrons amb salsa de pastanaga / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i pollastre saltat / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb verdura i patata / Fruita
24	25	26	27	28
SOPA DE BROU DE CARN (1,3,9)	CUINAT DE CIGRONS AMB ESPINACS	CREMA DE CARABASSA	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSAS DE TOMÀTIGA CASOLANA	No lectiu
TRUITA DE PATATA I CARABASSÍ (3)	HAMBURGUESA DE CARN MIXTA A LA PLANXA (1,12)	PITRERA DE POLLASTRE A LA PLANXA	SALMÓ A LA PLANXA (4)	
ENSALADA AMB TONYINA (romana, iceberg, tomàtiga i pastanaga) (4)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	PATATES ROSTIDES	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (romana, fulla de roure, tomàtiga i pastanaga)	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Llenties amb curry de xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs de peix i truita amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i lluç amb salsa verda i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: "Tortillas" mexicanes amb verdures i pollastre / 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: Apí 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscs

La quota s'abonarà de l'1 al 5 de cada mes