



El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i Oli d'Oliva verge extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Pera, Poma, Plàtan, Taronja. Les hortalisses d'aquest mes són: Albergínia, Bledes, Bròquil, Carabassa, Cols, Colflori, Enciam, Escarola, Espinac, Grells, Mongeta, Moniato, Pastanaga, Pebre, Tomàtiga.

El iogurt és natural. Amb sucre o sense sucre a demanda del centre. El iogurt amb sucre conté menys de 12,3g / 100ml.

	1	2	3
	Arròs integral amb Salsa de Tomàtiga		
	Lluç a la Milanesa (all, julivert, ou, farina de blat) (1,3,4)		
	Ensalada amb Blat de les Índies (romana, tomàtiga, pastanaga)	Festiu	Festiu
	Fruita de Temporada		
	Suggeriment de sopar: Ciurons amb verdures i cuscús / Fruita		
6	7	8	9
			10

## Vacances

13	14	15	16	17
Llenties estofades amb Verdures (ceba, pastanaga, espinacs) (1)	Crema de Bledes i Pastanaga (bledes, pastanaga, porros, patata)	Paella de Verdures (pèsols, mongeta tendre) (9)	Macarrons integrals amb Salsa Napolitana (1,3,6)	Crema de Verdures (pastanaga, colflori, porro, patata) i Mongetes Blanques
Croquetes de Pollastre (1,3,6,7,9,10,11)	Estofat de Pollastre	Salmó a la planxa (4)	Truita a la Francesa (3)	Llom rostit
Ensalada amb Blat de les Índies (romana, tomàtiga, pastanaga)	Patata i Verdures (ceba, tomàtiga, pèsols, pastanaga)	Mongetes Tendres	Tomàtiga trempada amb Olives	Ensalada amb Olives (lletuga, tomàtiga, pastanaga)
Fruita de Temporada	Iogurt Natural (7)	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada
Suggeriment de sopar: Pisto de verdures amb ous a la planxa i pa / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i lluç a la planxa amb cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Ciurons trempats amb patata i ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Bacallà a la planxa amb patata i pebres / Fruita	Suggeriment de sopar: Puré de verdures i pizza casolana variada / Fruita
20	21	22	23	24
Fideus Pagesos (carxofa, colflori, pastanaga) (1,3)	Arròs integral amb Salsa de Tomàtiga	Cuinat de Ciurons amb Verdures (ceba, pastanaga, bledes, carabassa)	Crema de Pastanaga (pastanaga, ceba, porro, patata) i Llenties (1)	Ensalada de Patata, Pastanaga, Mongetes (all, oli, pebre bord, ou bullit) (3)
Gallineta a la planxa amb Picada (4)	Truita de Patata i Ceba (3)	Llom al forn	Pit de Pollastre al forn amb Romaní	Lluç a la Milanesa (1,3,4)
Tomàtiga trempada amb Orenga	Bròquil i Pastanaga	Ensalada amb Olives (lletuga, tomàtiga cicero, pastanaga)	Arròs saltat amb Alls	Ensalada Grega (lletuga, Olives negres, orenga, formatge tendre) (7)
Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Iogurt Natural (7)
Suggeriment de sopar: Puré de verdures i raïles de bledes amb cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i coqueta de ciurons amb quínoa / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs de peix amb lluçet i verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i tacos mexicans / Fruita
27	28	29	30	
Crema de Pèsols (pèsols, pastanaga, ceba, porro, patata)	Llenties estofades amb Verdures (ceba, pastanaga, espinacs) (1)	Espirals integrals a la Pizzaiola (ceba, tomàtiga, aromàtiques) (1,3)	Arròs de Peix (2,4,14) (arròs integral)	
Pollastre amb Salsa Caçadora	Truita de Patata i Ceba (3)	Palometa al forn (4)	Llom panat casolà (1,3)	
Ceba, Xampinyons i Patata	Ensalada amb Blat de les Índies (iceberg, tomàtiga, pastanaga)	Ensalada amb Olives (iceberg, tomàtiga, pastanaga)	Tomàtiga trempada amb Alfabaguera	
Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Iogurt Natural (7)	Fruita de Temporada	
Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i molls a la planxa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Bullit de patata, mongetes, pastanaga amb ou / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i ciurons amb comí / Fruita	Suggeriment de sopar: Puré de verdures i quesadillas variades / Fruita	

1: Gluten 2: Crustàcics 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·luscos

## Valoració del compliment del Decret 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània als centres educatius i sanitaris de les Illes Balears

Catering Julio Tundidor Molina S.L.

abril de 2026

Articles del Decret 39/2019, de 17 de maig que s'apliquen al Centres Educatius

**Article 16. Vigilància i control. Valoració de la programació del menú per part de personal qualificat amb formació acreditada en nutrició humana i dietètica.**

**Article 4. Requisits i criteris per a la programació dels menús escolars i la freqüència de consum setmanal**

	Grups d'Aliments	Freqüència Setmanal	Menú	OBSERVACIONS
1	ARRÒS	1	1-1-1	Compleix
2	Incloure integrals	Incloure	1-0-1	Compleix
3	PASTA	1	0-1-1	Compleix
4	Incloure integrals	Incloure	0-1-0-1	Compleix
5	LLEGUMS	1 a 2 (Mínim 6 al mes)	0-2-2-2	Compleix
6	HORTALISSES - PATATA	1 a 2	0-2-2-1	Compleix
7	CARN	1 a 3	0-2-2-2	Compleix
8	Prioritzar carn blanca	Prioritzar	0-1-2-2	Compleix
9	Preparats càrnis	Màxim 4 al mes	0-0-0-0	Compleix
10	OUS	1 a 2	0-1-1-1	Compleix
11	PEIX	1 a 3 (Mínim 6 al mes)	1-1-2-1	Compleix
12	dels quals, Blau	Alternar	0-1-0-1	Compleix
13	ENSALADES	3 a 4	1-3-3-3	Compleix
14	ALTRES	1 a 2	0-2-2-1	Compleix
15	FRUITA FRESCA DE TEMPORADA	4 a 5	1-4-4-3	Compleix
16	YOGUR (<12,3g de sucre/100ml)	0 a 1	0-1-1-1	Compleix
17	OLI PER CUINAR	Oli d'Oliva o Oli de Girasol Alt Oleic		Compleix
18	OLI PER TREMPAR	Oli d'Oliva Verge o Oli d'Oliva Verge Extra		Compleix
19	FRITURES	Màxim 2 a la setmana	1-1-1-2	Compleix
20	PRE CUINATS	Màxim 3 al mes	0-1-0-0	Compleix

**Article 5. Informació dels menús a les famílies**

**Les persones responsables dels centres educatius han de proporcionar a les famílies**, persones que exerceixen la tutela o responsables dels comensals, incloent-hi les persones amb necessitats especials (intoleràncies, al·lèrgies alimentàries o altres malalties que així ho exigeixin), la programació mensual dels menús de la manera més clara i detallada possible i les han d'orientar amb menús adequats perquè el sopar sigui complementari amb el menú del migdia.

La informació sobre els menús ha de ser accessible a persones amb qualsevol tipus de diversitat funcional, quan així es requereixi.

Així mateix, **s'ha de posar a disposició de les famílies**, persones que exerceixen la tutela o responsables dels comensals **la informació dels productes utilitzats per a l'elaboració dels menús** que sigui exigible per les normes sobre etiquetatge de productes alimentaris i per les normes sobre la informació a les persones consumidores.

**Article 16. Vigilància i control**

La documentació justificativa de la **valoració de la programació del menú per part de personal qualificat amb formació acreditada en nutrició humana i dietètica**. (aquest document)

**L'existència de fitxes tècniques dels menús, amb la mesura dels ingredients que els integren (volum i pes).**

Les persones responsables de l'oferta alimentària dels centres educatius, dels centres sanitaris i de les dependències administratives sanitàries han de tenir a disposició de la Direcció General de Salut Pública i Participació l'etiquetatge nutricional dels aliments envasats i/o la documentació necessària per saber els continguts nutricionals i el tipus d'aliments que s'ofereixen als bars, cantines, quioscs o màquines expenedors ubicat als seus recintes.

Els centres educatius, a través del consell escolar, **poden constituir una comissió de menjador a fi de fer el seguiment i la valoració del servei de menjador**, de conformitat amb el contingut d'aquest Decret.

