

Escoles Menú SENSE CARN DE PORC juny de 2024

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	TALLARINS AL PESTO (1,3,7,8)	CREMA DE VERDURES I LLEGUM	ARRÒS AMB VERDURES	FIDEUS PAGESOS (1,3) (<u>carn de xot</u>)
TRUITA DE PATATA I CARABASSÓ (3)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	HAMBURGUESA VEGETAL (1,3,7,9)	HOKI AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)	INDIOT AL FORN AMB CEBA
ENSALADA ESTIVAL (iceberg, roure, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	ENSALADA MEDITERRÀNIA (lletuga ecològica, tomàtiga cicerol, germinats) (6)	PATATES AL FORN	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga)	XAMPINYONS I PASTANAGA
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb samfaina de verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Tabulé de cuscús i calamar amb picada / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita amb pa integral / Fruita	Suggeriment de sopar: Ciurons trempats amb patata, mongetes, pastanaga / Fruita	Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb arròs i ensalada / Fruita
10	11	12	13	14
ARRÒS INTEGRAL AMB SALS DE TOMÀTIGA	SOPA DE BROU DEL PEIX (1,2,3,4,14)	CIURONS SALTATS AMB VERDURES I CUSCUS (1)	CREMA DE CARABASSÓ	ESPIRALS D'ESTIU (tomàtiga, blat de les índies, olives negres, ou, formatge) (1,3,7)
MEDALLONS DE LLUÇ AL FORN AMB PICADA (4)	TRUITA DE PATATES (3)	<u>INDIOT A LA PLANXA</u>	PITERA DE POLLASTRE AMB SALS AL PEBRE (1.2.3.4.5.7.8.9)	SALMÓ AL FORN A LA LLIMONA (4)
ENSALADA 4 ESTACIONS (romana, mesclum, pastanaga)	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, roure, tomàtiga)	PASTANAGA I COLFLORI AL VAPOR	ARRÒS BLANC	ENSALADA PRIMAVERA (lletuga ecològica, ceba, tomàtiga, olives, cogombre)
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica
Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb carabassó al pesto / Fruita	Suggeriment de sopar: Bacallà al forn amb patata, verdures i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada d'arròs amb formatge i nous / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i ous bullits amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada / Fruita
17	18	19	20	21
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS SEC DE VERDURES	ENSALADA GREGA (fulles de roure, mesclum, pastanaga, blat de les índies, olives negres, orenga, formatge) (7)	CREMA DE VERDURES I LLEGUM AMB CROSTONS (1)	Menú Especial Fi de curs
TRUITA A LA FRANCESA (3)	BACALLÀ ARREBOSSAT (1,2,4,7,14)	<u>POLLASTRE A LA PLANXA</u>	FILET DE LLUÇ AL FORN (4)	<u>Macarrons integrals a la Napolitana (1,3)</u>
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (romana, pastanaga)	TUMBET MALLORQUÍ	ENSALADA MEDITERRÀNIA (lletuga ecològica, tomàtiga cicerol, germinats) (6)	Nuggets de Pollastre (1) amb Patates xips
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	Natilles (7)
Suggeriment de sopar: Quínoa saltada amb verdures i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Bullit de verdures i patata amb ou / Fruita	Suggeriment de sopar: Tonyina a la planxa amb tabulé de cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Tacos mexicans variats / Fruita
Llegenda d'al·lèrgens presents:				

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·luscos