



CEIP SES QUARTERADES

Menú GENERAL

desembre de 2022

Les fruites d'aquest mes són: mandarina, poma, pera, plàtan, raïm i taronja.

Les hortalisses de la temporada són: bledes, alls tendres, moniato, bròquil, carabassa, col, colflori, escarola, espinacs, tomàtiga i pastanaga.

Bon Nadal i Felç Any Nou!

1		2							
SOPA DE BROU D'AU		PURÉ DE VERDURES I CROSTONS							
FOGONERO AL FORN		TRUITA DE PATATA I CEBA							
A LA BISCAÏNA (ceba, pebres, tomàtiga i patata)		ENSALADA VARIADA AMB TONYINA							
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA							
<i>Suggeriment de sopar:</i>		<i>Suggeriment de sopar:</i>							
Ensalada i pitrera de pollastre amb arròs / Fruita		Coca de verdures i sardines / Fruita							
5		6		7		8		9	
NO LECTIU		Festiu		LLENTIES ECOLÒGIQUES ESTOFADES AMB VERDURES (ceba, pebres, tomàtiga, pastanaga i bledes)		ARRÒS INTEGRAL A LA MILANESA (ceba, brou, formatge i safrà)		RABES DE CALAMAR	
				CROQUETES DE POLLASTRE		TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA		ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES	
				FRUITA DE TEMPORADA		<i>Suggeriment de sopar:</i>		FRUITA DE TEMPORADA	
				Sopa de pasta i truita a la francesa amb xampinyons / Fruita				<i>Suggeriment de sopar:</i>	
								Trites mexicanes amb verdures i pollastre / Fruita	
12		13		14		15		16	
SOPA DE BROU DE CUINAT		AGUIAT DE CIGRONS ECOLÒGICS AMB VERDURES (ceba, pebres, tomàtiga, bledes o espinacs)		PURÉ DE PASTANAGA I MONGETES ECOLÒGIQUES		MACARRONS INTEGRALS A LA PIZZAIOLA (ceba, tomàtiga i aromàtiques)		ARRÒS DE PEIX (all, tomàtiga, ceba, pebre vermell i pèsols)	
LIMANDA A L'ANDALUSA (farina de blat)		SALSITXES DE PORC AL FORN		TRUITA DE PATATA I CARABASSÓ		PALOMETA AL FORN		POLLASTRE A LA PLANXA AMB CEBA	
ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES		PATATES ROSTIDES		ENSALADA VARIADA AMB TONYINA		MONGETES TENDRES SALTEJADES		TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
<i>Suggeriment de sopar:</i>		<i>Suggeriment de sopar:</i>		<i>Suggeriment de sopar:</i>		<i>Suggeriment de sopar:</i>		<i>Suggeriment de sopar:</i>	
Espirals de llegums amb curri de verdures / Fruita		Ensalada variada i lluç amb pebre dolç i arròs / Fruita		"Cuscús" saltejat amb verdures i cigrons / Fruita		Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita		Pizza casolana / Fruita	
19		20		21		22			
PURÉ DE VERDURES AMB CROSTONS		LLENTIES ECOLÒGIQUES ESTOFADES AMB VERDURES (ceba, pebres, tomàtiga, pastanaga i bledes)		ARRÒS DE PEIX (all, tomàtiga, ceba, pebre vermell i pèsols)		Menú especial			
LLUÇ A LA PLANXA AMB PICADA (all, julivert i llimona)		TRUITA DE PATATA		FILET DE LLENGUADO AL FORN		SOPA DE CARACOLA			
ENSALADA VARIADA AMB TONYINA		ENSALADA VARIADA AMB OLIVES		PATATA I VERDURES		POLLASTRE EMPANAT CASOLÀ (ou i pa ratllat) I PATATES CHIPS			
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		LÀCTIC			
<i>Suggeriment de sopar:</i>		<i>Suggeriment de sopar:</i>		<i>Suggeriment de sopar:</i>		<i>Suggeriment de sopar:</i>			
Arròs amb pesto de verdures / Fruita		"Cuscús" amb verdures i indiots trossejat / Fruita		Puré de verdures i truita a la francesa amb ensalada / Fruita		Ensalada variada i salmó a la planxa amb arròs / Fruita			



Import Mensual 76,70 €

Vales diaris 6,50 €

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

Els menús van acompanyats de pa moreno i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i trempar els plats.

Cada mes incorporam, en la mesura de les possibilitats del mercat, productes de proximitat.

SI NECESSITA INFORMACIÓ DEL AL·LÈRGENS CONTINGUTS EN EL MENÚ CONTACTI AMB LES OFICINES.