



Menú general mes de març de 2018

CEIP SES QUARTERADES

DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
NO LECTIU	ARRÒS DE PEIX	MONGETES ECOLÒGIQUES BLANQUES AMB BLEDES	FUSILLI AL PESTO	SOPA DE BULLIT
	TRUITA DE PERNIL	FRICANDELLE A LA PLANXA (magre i morcillo)	LLENGUADO PANAT	BULLIT
	XAMPINYONS SALTEJATS AMB ALL	PURÉ DE PATATA	TRAMPÓ MALLORQUÍ	PATATES, PASTANAGA I CIGRONS ECOLÒGICS
	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
	<i>Suggeriment de sopar: Lluç amb mongetes verdes, pastanaga i patata al vapor Fruita de temporada</i>	<i>Suggeriment de sopar: Truita de patata i ceba amb ensalada amb avocat Fruita de temporada</i>	<i>Suggeriment de sopar: Filet d'indiot amb quínoa saltejada amb pisto de verdures Fruita de temporada</i>	<i>Suggeriment de sopar: Crema de carabassa i pizza casolana variada Fruita de temporada</i>
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
FIDEUS DE PEIX	SOPA DE CARAGOLA	PAELLA VALENCIANA	SOPA DE VERDURES	PURÉ DE CARABASSA, COLFLORI I LLEGUMS ECOLÒGIQUES
BACALLÀ GRATINAT	TRUITA DE PATATA	CALAMARS A L'ANDALUSSA	PILOTES CASOLANES (magre i morcillo)	SALMÓ A LA PLANXA
MONGETES SALTEJADES AMB XAMPINYONS	TOMÀTIGA TREMPADA I ALFÀBREGA	ENSALADA VERDA (lletuga ecològica i canonges)	VERDURES I PATATA	ENSALADA DE TOMÀTIGA I FORMATGE FRESC
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
<i>Suggeriment de sopar: Pitrrera de pollastre a la planxa amb ensalada amb crostons de pa Fruita de temporada</i>	<i>Suggeriment de sopar: Lluç al vapor amb patata i carabassi al vapor Fruita de temporada</i>	<i>Suggeriment de sopar: Filet d'indiot a la planxa amb alls, porros i puré de patata Fruita de temporada</i>	<i>Suggeriment de sopar: Croquetes d'espínacs amb ensalada amb nous Fruita de temporada</i>	<i>Suggeriment de sopar: Ensalada variada i Quesadilles Fruita de temporada</i>
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
SOPA DE BULLIT	CREMA D'ESPÀRRECS	CANELONS ROSSINI	CIGRONS ECOLÒGICS ESTOFATS AMB VERDURES	ARRÒS A LA CUBANA
"FRIT MALLORQUÍ"	LLUÇ MEUNIERE	TRUITA DE CARABASSÍ	ESCALOP DE LLOM	PIZZA DE PERNIL I TONYINA
(pollastre, verdures i patates)	PATATA I MONGETES VERDES	TOMÀTIGA TREMPADA	PASTANAGA I OLIVES	LLETUGUES VARIADES TREMPADES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
<i>Suggeriment de sopar: Truita de patata i ceba amb ensalada amb poma i panses Fruita de temporada</i>	<i>Suggeriment de sopar: Sopa i filet d'indiot a la planxa amb ensalada amb avocat Fruita de temporada</i>	<i>Suggeriment de sopar: Sopa de peix i lluç amb ensalada amb olives Fruita de temporada</i>	<i>Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i rap saltejat Fruita de temporada</i>	<i>Suggeriment de sopar: "Fajitas" de verdures amb salmó Fruita de temporada</i>
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	IMPORT MENSUAL DEL MENJADOR: 91,63 € VALS DIARIS: 5,90 € La quota s'abonarà de l'1 al 5 de cada mes.	
ENSALADA DE PASTA	PURÉ DE VERDURES I LLENTIES ECOLÒGIQUES	ENSALADA MIXTA		
CROQUETES DE POLLASTRE	LLUÇ AL FORN	AGUIAT DE PORC		
TOMÀTIGA TREMPADA	VERDURES	PATATES FREGIDES		
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT		
<i>Suggeriment de sopar: Truita a la francesa amb pèsols saltejats i patata bullida Fruita de temporada</i>	<i>Suggeriment de sopar: Sopa i pollastre a la planxa amb ensalada Fruita de temporada</i>	<i>Suggeriment de sopar: Bacallà al forn amb salsa de tomàtiga i arròs Fruita de temporada</i>		

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

Cada mes incorporam, en la mesura de les possibilitats, productes locals de temporada. Aquest mes seran: PATATA, Ceba, TOMÀTIGA I CARABASSÍ
SI NECESSITA INFORMACIÓ DEL AL·LÈRGOGENS CONTINGUTS EN EL MENÚ CONTACTI AMB LES OFICINES CRIDANT AL 971682415

