



Menú General

mes d'

Octubre

de 2018

CEIP SES QUARTERADES

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
ARRÒS AMB TOMÀTIGA I OU BULLIT LLOM A LA MILANESA CASOLÀ LLETUGUES VARIADES, TOMÀTIGA, BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Ou bullit amb patata, mongetes verdes, pèsols i pastanaga</i> Fruita de temporada	CREMA DE PORROS SALMÓ AL FORN PATATES I MONGETES AL VAPOR AMB PERNIL FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Ensalada de couscous amb cigrons</i> Fruita de temporada	SOPA DE BULLIT HAMBURGUESA CASOLANA DE CARN MIXTA ARRÒS TRES DELÍCIES IOGURT Suggeriment de sopar: <i>Llenguado arrebossat amb ensalada variada amb couscous</i> Fruita de temporada	LLENTIES ECOLÒGIQUES ESTOFADES AMB VERDURES TRUITA PAISANA LLETUGA I PASTANAGA RATLLADA FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Pollastre saltejat amb ceba, pebres i arròs</i> Fruita de temporada	ENSALADA DE PASTA CALAMARS A L'ANDALUSA TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES I ORENGA FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>"Gaspacho" i Quiche d'espinacs i formatge</i> Fruita de temporada
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
PURÉ DE CARABASSA ECOLÒGICA PITRERA DE POLLASTRE AL FORN COUSCOURS SALTEJAT AMB CEBA I PÈSOLS FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Lluç amb all i pebre dolç, patata bullida i ensalada</i> Fruita de temporada	CANELONS DE CARN TRUITA A LA FRANCESA AMB TONYINA TRAMPÓ MALLORQUÍ FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Indiot a la planxa amb alls tendres, porros saltejats i arròs</i> Fruita de temporada	MONGETES PINTES AMB VERDURES LLUÇ A LA BISCAÏNA CEBA, PEBRE VERMELL, TOMÀTIGA I PATATA IOGURT Suggeriment de sopar: <i>Tortilla espanyola amb ensalada amb alvocat</i> Fruita de temporada	SOPA DE VERDURES PILOTES CASOLANES DE CARN MIXTA VERDURES I PATATA FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Rap saltejat amb all i julivert i ensalada de couscous</i> Fruita de temporada	FESTIU
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
ARRÒS DE PEIX CROQUETES DE POLLASTRE TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES I FORMATGE FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Ou a la planxa amb pisto de verdures i patata bullida</i> Fruita de temporada	MACARRONS A LA NAPOLITANA LLENGUADO AL FORN AMB PICADA MONGETES BULLIDES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Ensalada rusa casolana amb tonyina i olives</i> Fruita de temporada	CREMA DE CARABASSA I CIGRONS ECOLÒGICS SALSITXES FRESQUES PATATES FREGIDES AMB ALL IOGURT Suggeriment de sopar: <i>Pitrera de pollastre amb ensalada d'arròs</i> Fruita de temporada	FIDEUS GRUIXATS DE POLLASTRE LLUÇ AL FORN TUMBET FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Ensalada de couscous amb formatge fresc i nous</i> Fruita de temporada	LLENTIES ECOLÒGIQUES ESTOFADES AMB VERDURES TRUITA ESPANYOLA TRAMPÓ MALLORQUÍ FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Ensalada de tomàtiga i olives i pizza variada</i> Fruita de temporada
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
ESPAGUETIS AMB ALL I BACON ESCALOP CASOLÀ LLETUGUES, PASTANAGA, BLAT I TOMÀTIGA FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Ou bullit amb patata, mongetes verdes, pèsols i pastanaga</i> Fruita de temporada	PURÉ DE VERDURES ECOLÒGIQUES BACALLÀ AL FORN PATATA PANADERA I SALS DE TOMÀTIGA FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Pitrera de pollastre a la planxa amb ensalada de quinoa</i> Fruita de temporada	ARRÒS DE PEIX TRUITA A LA FRANCESA AMB PERNIL DOLÇ ENSALADA AMB TOMÀTIGA I OLIVES IOGURT Suggeriment de sopar: <i>Lluç a la planxa amb pisto de verdures</i> Fruita de temporada	CIGRONS ECOLÒGICS ESTOFATS AMB VERDURES FRICANDELA CASOLANA DE CARN MIXTA LLETUGUES, PASTANAGA I TONYINA FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Rap al vapor amb arròs amb ceba i pèsols saltejats</i> Fruita de temporada	SOPA DE BULLIT BULLIT (POLLASTRE, PATATA, MONGETES, PASTANAGA) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Wrap d'ensalada i salmó</i> Fruita de temporada
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31	IMPORT MENSUAL DEL MENJADOR: 120,12 € VALS DIARIS: 6,00 € La quota s'abonarà de l'1 al 5 de cada mes.	
LLENTIES ECOLÒGIQUES ESTOFADES AMB VERDURES ESCALOP DE POLLASTRE LLETUGUES TREMPADES AMB OLIVES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Remanat d'ou amb ceba i tomàtiga i puré de patata</i> Fruita de temporada	ARRÒS MILANESA LLUÇ EN SALS VERDE VERDURES AL FORN FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Ensalada de couscous amb cigrons</i> Fruita de temporada	SOPA DE BULLIT FRIT MALLORQUÍ (POLLASTRE, VERDURES I PATATA) IOGURT Suggeriment de sopar: <i>Llenguado arrebossat amb ensalada amb arròs</i> Fruita de temporada		

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 CARABASSA

SI NECESSITA INFORMACIÓ DELS AL·LÈRGEGENS CONTINGUTS EN EL MENÚ CONTACTI AMB LES OFICINES CRIDANT AL 971682415

