



## CEIP SES QUARTERADES

## Menú GENERAL

mes de maig de 2023

La cuina utilitza Oli d'Oliva i Oli de Girasol Alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar en cru.

Els menús van acompanyats de pa moreno, divendres es donarà pa de barra i aigua.

1	2	3	4	5
<b>Festiu</b>	ARRÒS AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA	TALLARINS AMB VERDURES I SALSÀ DE SOIA (1,3,6)	CIGRONS ECOLÒGICS AMB VERDURES (ceba, pebres, tomàtiga i bledes o esninars)	SOPA DE BROU D'AU (1,3,9)
	CROQUETES DE POLLASTRE (1,3,6,7,9,10,11)	POLLASTRE PANAT CASOLÀ (ou i pa ratllat) (1,3)	TRUITA DE PATATA I CARABASSÓ (3)	LIMANDA AL FORN AMB PICADA (all, julivert i llimona) (4)
	ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES	TOMÀTIGA TREMPADA AMB TONYINA (4)	ENSALADA VARIADA AMB OLIVES	CEBA, TOMÀTIGA, PASTANAGA I PATATA
	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i orada al forn amb tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Arròs amb carabassó, pastanaga i pollastre saltejat / Fruita	Suggeriment de sopar: Empanadilles casolanes variades / Fruita
8	9	10	11	12
CREMA DE VERDURES I MONGETES BLANQUES ECOLÒGIQUES	ENSALADA DE FUSILLI (tomàtiga, blat de les índies i olives) (1,3)	SOPA DE BROU DE CARN (1,3,9)	LLENTIES ECOLÒGIQUES ESTOFADES AMB PATATA I VERDURES (all, llozer, ceba, tomàtiga, pebres, pastanaga i bledes) (1)	PAELLA DE VERDURES
TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)	GALLINETA AL FORN (4)	PILOTES CASOLANES (magre de porc i morcillo de vedella) (1)	PITRERA DE POLLASTRE A LA PLANXA	LLUÇ ENFARINAT CASOLÀ (1,4)
ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfàbrega i formatge) (7)	A LA BISCAÏNA (ceba, pebres i tomàtiga)	VERDURES (ceba, pastanaga, pèsols i salsa de tomàtiga) I PATATA	ENSALADA VARIADA AMB TONYINA (4)	ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Arròs integral saltejat amb xampinyons i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb curri de verdures i cigrons / Fruita	Suggeriment de sopar: Pastís de verdures amb ensalada i pa / Fruita	Suggeriment de sopar: Sípia a la planxa amb patata i pebres / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i pa amb oli / Fruita
15	16	17	18	19
SOPA DE BROU D'AU (1,3,9)	CIGRONS TREMPATS AMB PATATA (all, pebre dolç i oli d'oliva)	CREMA DE CARABASSA ECOLÒGICA	ARRÒS BROUÓS A LA MARINERA (2,4,14)	ESPAGUETI INTEGRAL AL PESTO (all, alfàbrega i formatge) (1,3,7)
LIMANDA ARREBOSSADA (ou i pa ratllat) (1,3,4)	PITRERA DE POLLASTRE AL FORN	OUS BULLITS (3)	FALÀFELS AL FORN (1)	SALMÓ A LA PLANXA (4)
ENSALADA VARIADA AMB CROSTONS (1)	CEBA, PASTANAGA I POMA	PATATES TREMPADES (ceba tendra, julivert, vinagre i oli d'oliva)	LLETUGUES TREMPADES AMB VINAGRETA	ENSALADA VARIADA AMB OLIVES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Bullit de patata, verdures i ou / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sípia a la planxa amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada amb patata i cigrons / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb pastanaga, carabassó i mongetes pintes / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i pizza casolana variada / Fruita
22	23	24	25	26
CREMA DE PORROS ECOLÒGICS	ARRÒS SALTEJAT AMB PÈSOLS I PORROS	MACARRONS INTEGRALS A LA CARBONARA (1,3,6,7,12)	TREMPÓ AMB CIGRONS	<b>NO LECTIU</b>
FINGERS DE POLLASTRE CASOLANS (ou i pa ratllat) (1,3)	RABES DE CALAMAR CASOLANES (1,2,4,14)	LLUÇ AL FORN AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA (4)	FILET D'INDIOT AL FORN	
TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES	CARABASSÓ AL FORN	PATATES ROSTIDES AMB ALL I LLIMONA	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT (7)	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Llom de bacallà amb pebres i patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb pisto de verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada d'arròs amb tonyina i olives / Fruita	
29	30	31		
LLENTIES ECOLÒGIQUES ESTOFADES AMB PATATA I VERDURES (all, llozer, ceba, tomàtiga, pebres, pastanaga i bledes) (1)	CREMA DE PASTANAGA	ENSALADA DE PATATA (pèsols, pastanaga, mongetes tendres, olives i ou bullit) (3)		
PALOMETA AL FORN AMB PICADA (all, julivert i llimona) (4)	POLLASTRE AMB SALSÀ AL PEBRE (7)	HAMBURGUESA CASOLANA A LA PLANXA (magre de porc i morcillo de vedella) (1)		
ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES	ARRÒS SALTEJAT	TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA		
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA		
Suggeriment de sopar: Ous bullits amb patata i verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada de cuscús i lluç a la planxa / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita		

Import Mensual

123,90 €

Vales diaris

6,50 €

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