

Menú de DESEMBRE amb recomanacions de sopars, 2018

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Estofat de mongetes o en crema. Pitrera d'indiots arrebossada. Ensalada tropical.	Espaguetis a la bolonyesa. Filet de lluç a la planxa. Ensalada de lletuga, tomàtiga i pastanaga.	Arròs brut. Pollastre al forn a la caçadora. ☉ Estofat de pollastre. Patates fregides.	FESTIUS	
Espinacs amb panses i pinyons. Salsitxes. 3	Bistec de vedella a la planxa amb ensalada tropical. 4	Truita de patates. Ensalada de lletuga, pastanaga i tomàtiga amb fruits secs. 5		
Macarrons a la carbonara o a la bolonyesa. Filet de llenguado Orly. Ensalada de lletuga, tomàtiga i blat.	Sopa de brou. Estofat d'indiots. Pastanaga, pèsols i patates.	Cuinat de lleties o en crema. Truita de patates i carabassí. Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives.	Paella mixta. Calamars a la romana i croquetes de bacallà. Ensalada de lletuga, pastanaga i tomàtiga.	Sopes mallorquines o sopa amb cabell d'àngel Pitrera de pollastre a la planxa. Patates i colflori al vapor.
Contra cuixa de pollastre al forn amb xampinyons, carabassí i pastanaga. 10	Crema de llegums. Rodanxa de mussola a la planxa. Tomàtiga natural. 11	Bullit de pollastre, pastanaga, pebre, ceba i patates. 12	Puré de carabassa amb formatgets. Llom a la planxa amb orenga. 13	Ou estrellat amb patates fregides i saltejat de verdures. 14
Arròs de brou. Lluç a la planxa. Ensalada de lletuga, tomàtiga i pastanaga.	Cuinat de ciurons o en crema. Pitrera de pollastre en salsa de ceba. Ensalada de lletuga i tomàtiga.	Sopa de cabell d'àngel i ou. Rodó d'indiots al forn. ☉ Raoles d'indiots a la planxa. Patates al vapor.	Tallarins amb tomàtiga i indiots. Filet d'hoky arrebossat. Ensalada tropical.	Sopa de brou. Pilotes casolanes de vedella i porc. Pastanaga, pèsols i patates.
Llom de salmó al forn amb puré de patates. 17	Truita francesa amb rodanxa de Tomàtiga i tonyina. 18	Crema de verdures. Hamburguesa de peix amb ensalada. 19	Pitrera de pollastre a la planxa. Tumbet. 20	Lluç arrebossada. Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives. 21
☉ Educació Infantil Pa blanc: dilluns, dimecres i divendres; pa integral o moreno: dimarts i dijous. Postres: fruita del temps cada dia, i, un dia a la setmana, iogurt, flam, gelatina. ED. INFANTIL/ 1r CICLE PRIMÀRIA. Berenars: pa amb oli de pa integral o moreno amb tomàtiga i cuixot dolç o formatge. Entrepans de paté, sobrassada o nocilla. Galetes Maria o quelytas amb iogurt o plàtan. Pastanaga amb coca. Nota: Si per circumstàncies de mercat no se pogués servir qualche plat, se canviaria per altre semblant.		<u>DECLARACIÓ D'AL·LÈRGENS</u> Aquest menú conté GLUTEN, PEIX, OU, LLET (LACTOSA INCLOSA), FRUITS DE CLOSCA I DERIVATS, CACAHUET, CRUSTACIS, MOL·LUSCS, SÈSAM, SULFITS I API. S'INFORMA QUE ES SERVEIXEN MENÚS ADAPTATS PER A LES DIFERENTS AL·LÈRGIES I INTOLERÀNCIES ALIMENTÀRIES		
☐ Recomanacions de sopars. Se recomana fruita natural en cada sopar.				

Menú de DICIEMBRE con recomendaciones de cenas, 2018

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Estofado de judías o en crema. Pechuga de pavo empanada Ensalada tropical.	Espaguetis a la boloñesa. Filete de merluza a la plancha. Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria.	Arroz brut. Pollo al horno a la cazadora. ☺ Estofado de pollo. Patatas fritas.	FESTIVOS	
Espinacas con pasas y piñones. Salchichas. 3	Bistec de ternera a la plancha con ensalada tropical. 4	Tortilla de patatas. Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate con frutos secos. 5		
Macarrones a la carbonara o a la boloñesa. Filete de lenguado Orly. Ensalada de lechuga, tomate y maíz.	Sopa de cocido. Estofado de pavo. Zanahoria, guisantes y patatas.	Potaje de lentejas o en crema. Tortilla de patatas y calabacín. Ensalada de lechuga, tomate y olivas.	Paella mixta. Calamares a la romana y croquetas de bacalao. Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate.	Sopas mallorquinas o sopa con cabello de ángel. Pechuga de pollo a la plancha. Patatas y coliflor al vapor.
Contra muslo de pollo al horno con champiñones, calabacín y zanahoria. 10	Crema de legumbres. Rodaja de cazón a la plancha. Tomate natural. 11	Hervido de pollo, zanahoria, pimiento, cebolla y patatas. 12	Puré de calabaza con quesitos. Lomo a la plancha con orégano. 13	Huevo estrellado con patatas fritas y salteado de verduras. 14
Arroz de cocido. Merluza a la plancha. Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria.	Potaje de garbanzos o en crema. Pechuga de pollo en salsa de cebolla. Ensalada de lechuga y tomate.	Sopa de cabello de ángel y huevo. Redondo de pavo al horno. ☺ Raolas de pavo a la plancha. Patatas al vapor.	Tallarines con tomate y pavo. Filete de hoky empanado. Ensalada tropical.	Sopa de cocido. Albóndigas caseras de ternera y cerdo. Zanahoria, guisantes y patatas.
Lomo de salmón al horno con puré de patatas. 17	Tortilla francesa con rodaja de tomate y atún. 18	Crema de verduras. Hamburguesa de pescado con ensalada. 19	Pechuga de pollo a la plancha. Tumbet. 20	Merluza rebozada. Ensalada de lechuga, tomate y olivas. 21
☺ Educación Infantil Pan blanco: lunes, miércoles y viernes; pan integral o moreno: martes y jueves. Postres: fruta del tiempo cada día, y, un día a la semana, yogurt, flan, gelatina. <u>ED. INFANTIL/ 1r CICLO PRIMARIA:</u> Meriendas: Pa amb oli de pan integral o moreno con tomate y jamón york o queso. Bocadillos de paté, sobrasada o nocilla. Galletas Maria o quelytas con yogurt o plátano. Zanahoria con coca.		<u>DECLARACIÓN DE ALÉRGENOS</u> Este menú contiene GLUTEN, PESCADO, HUEVO, LECHE (LACTOSA INCLUIDA), FRUTOS DE CÁSCARA Y DERIVADOS, CACAHUETE, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, SÉSAMO, SULFITOS Y APIO.		
Nota: Si por circunstancias de mercado no se pudiera servir algún plato, se cambiaría por otro parecido.		SE INFORMA QUE SE SIRVEN MENÚS ADAPTADOS PARA LAS DIFERENTES ALERGIAS E INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS.		
 Recomendaciones de cenas: Se recomienda fruta natural en cada cena.				

