


MENÚ DEL MES DE FEBRER de 2018 amb recomanacions de sopars

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			Cuinat de ciurons o en crema. Pollastre al forn a la taronja. ☺ Contra cuixa de pollastre a la planxa. Patates fregides.	Lasanya de carn o sopa. Filet de lluç a la planxa. Ensalada de lletuga, tomàtiga i ou.
			Filet d'orada al forn amb patates, ceba i pastanaga. 1	Pa amb oli i truita de patata i ceba. 2
Sopa meravel·la.	Cuinat de lleties o crema Esaú.	Macarrons amb tomàtiga i verdures.	Arròs brut.	Sopa de brou.
Pitres de pollastre amb salsa de ceba. Patates fregides.	Ous remenats amb cuixot. Ensalada tropical o menestra de verdures.	Bistec de llom arrebossat. Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives.	Lluç a la planxa. Ensalada de lletuga, tomàtiga i blat dolç.	Ragout de vedella o al forn. ☺ Raoles de vedella a la planxa. Patates al vapor.
Arròs tres delícies amb filet de salmó a la planxa. 5	Filet de vedella a la planxa amb amanida de lletuga i tomàtiga. 6	Sopa de peix i pollastre a la planxa amb carabassí i pebres. 7	Crema de verdures amb crostons. Hamburguesa casolana amb patates. 8	Bacallà amb salsa de tomàtiga, ou bullit i arròs blanc. 9
Crema de carabassí.	Espirals a la bolonyesa.	Paella mixta.	Cuinat de mongetes o en crema.	Fideus a la cassola.
Pitiera d'indiote arrebossada. Ensalada de lletuga, tomàtiga i ou bullit.	Filet de lluç a la planxa. Ensalada mixta.	Delícies de pollastre i formatge. Ensalada de lletuga, tomàtiga i blat dolç.	Hamburguesa mixta a la planxa. Patates fregides i ketchup.	Filet de llenguado Orly. Ensalada de lletuga, tomàtiga i ou bullit.
Pa amb oli de cuixot i formatge amb trampó. 12	Rellom al forn amb ceba, bledes, tomàtiga i pastanaga. 13	Vichyssoise i truita francesa amb tomàtiga i olives. 14	Bullit de rap, pastanaga i patates. 15	Crema de carabassa i pastanaga i bistec de vedella a la planxa amb patates. 16
Cuinat de ciurons o en crema.	Sopa de brou.	Espagueti a la carbonara o amb tomàtiga i magre de porc.	Sopes mallorquines o crema de verdures.	Arròs de bullit.
Ous remenats amb cuixot. Ensalada de lletuga, tomàtiga i pastanaga o menestra de verdures.	Pilotes casolanes. Pèsols, xampinyons i patates.	Filet d'hoky a la planxa. Maionesa i ensalada de lletuga, tomàtiga i olives.	Pollastre al forn a la caçadora. ☺ Contra cuixa de pollastre a la planxa. Patates fregides.	Bistec de llom arrebossat. Ensalada de lletuga, tomàtiga i pastanaga.
Pizza casolana amb ensalada de rúcula, remolatxa i formatge tendre. 19	Espinacs amb panses i pinyons. Rap al forn. 20	Tumbet i llom a la planxa. 21	Quiche de xampinyons i pernil salat amb lletuga, tomàtiga xerri, ceba i olives. 22	Sopa de lletres i truita amb verdures i ensalada. 23
Macarrons a la bolonyesa Pitiera d'indiote arrebossada. Ensalada de lletuga, tomàtiga i pastanaga.	Arròs brut. Filet de lluç a la planxa. Ensalada de lletuga, tomàtiga i blat dolç.			
Estofat de sípia amb patates i pèsols. 26	Crema de verdures i pitres d'indiote al forn amb ceba i xampinyons. 27			
☺ 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: entrepans, galetes (Maria o Quelitas) amb xocolata o formatge, iogurt, petit, llet. Nota: Si per circumstàncies de mercat no es pogués servir algun plat, es canviaria per altre similar.				<p style="text-align: center;"><u>DECLARACIÓ D'AL·LÈRGENS</u></p> <p>Aquest menú conté GLUTEN, PEIX, OU, LLET (LACTOSA INCLOSA), FRUITS DE CLOSCA I DERIVATS, CACAHUET, CRUSTACIS, MOL·LUSCS, SÈSAM, SULFITS I API.</p> <p>S'INFORMA QUE ES SERVEIXEN MENÚS ADAPTATS PER LES DIFERENTS AL·LÈRGIES I INTOLERÀNCIES ALIMENTÀRIES.</p>
 Recomanacions de sopars. Es recomana fruita natural en cada sopar.				

MENÚ DEL MES DE FEBRERO de 2018 con recomendaciones de cenas

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
						Potaje de garbanzos o en crema. Pollo asado a la naranja. ☉ Contra muslo de pollo a la plancha. Patatas fritas.		Lasaña de carne o sopa. Filete de merluza a la plancha. Ensalada de lechuga, tomate y huevo.	
						Filete de dorada al horno con patatas, cebolla y zanahoria. 1		Pa amb oli y tortilla de patata y cebolla. 2	
Sopa maravilla.		Potaje de lentejas o crema Esaú. Huevos revueltos con jamón. Ensalada tropical o menestra de verduras.		Macarrones con tomate y verduras. Bistec de lomo empanado. Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas.		Arroz brut.		Sopa de cocido. Ragout de ternera o al horno. ☉ Raolas de ternera a la plancha. Patatas al vapor.	
Pechuga de pollo en salsa de cebolla. Patatas fritas.		Filete de ternera a la plancha con ensalada de lechuga y tomate. 6		Sopa de pescado y pollo a la plancha con calabacín y pimiento. 7		Crema de verduras con picatostes. Hamburguesa casera con patatas. 8		Bacalao con salsa de tomate, huevo duro y arroz blanco. 9	
Arroz tres delicias con filete de salmón a la plancha. 5		Espirales a la boloñesa. Filete de merluza a la plancha. Ensalada mixta.		Paella mixta. Delicias de pollo y queso. Ensalada de lechuga, tomate y maíz dulce.		Potaje de judías o en crema. Hamburguesa mixta a la plancha. Patatas fritas y ketchup.		Fideos a la cazuela. Filete de lenguado Orly. Ensalada de lechuga, tomate y huevo hervido.	
Crema de calabacín. Pechuga de pavo empanada. Ensalada de lechuga, tomate y huevo hervido.		Solomillo de lomo al horno con cebolla, acelgas, tomate y zanahoria. 13		Vichyssoise y tortilla francesa con tomate y aceitunas. 14		Hervido de rape, zanahoria y patatas. 15		Crema de calabaza y zanahoria y bistec de ternera a la plancha con patatas. 16	
Pa amb oli de jamón york y queso con trampó. 12		Sopa de cocido. Albóndigas caseras. Guisantes, champiñones y patatas.		Espagueti a la carbonara o con tomate y magro de cerdo. Filete de hoky a la plancha. Mayonesa y ensalada de lechuga, tomate y aceitunas.		Sopas mallorquinas o crema de verduras. Pollo asado a la cazadora. ☉ Contra muslo de pollo a la plancha. Patatas fritas.		Arroz de cocido. Bistec de lomo empanado. Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria.	
Potaje de garbanzos o en crema. Huevos revueltos con jamón. Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria o menestra de verduras.		Espinacas con pasas y piñones. Rape al horno. 20		Tumbet y lomo a la plancha. 21		Quiche de champiñones y jamón serrano con lechuga, tomate cherry, cebolla y aceitunas. 22		Sopa de letras y tortilla con verduras y ensalada. 23	
Pizza casera con ensalada de rúcula, remolacha y queso fresco. 19		Arroz brut. Filete de merluza a la plancha. Ensalada de lechuga, tomate y maíz.							
Macarrones a la boloñesa Pechuga de pavo empanada. Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria		Crema de verduras y pechuga de pavo al horno con cebolla y champiñones. 27							
Estofado de sepia con patatas y guisantes. 26									
☉ 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: bocadillos, galletas (María o Quelitas) con chocolate o queso, yogurt, petit, leche. Nota: Si por circunstancias de mercado no se pudiera servir algún plato, se cambiaría por otro parecido.  Recomendaciones de cenas. Se recomienda fruta natural en cada cena.						<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. SE INFORMA QUE SE SIRVEN MENÚS ADAPTADOS PARA LAS DIFERENTES ALERGIAS E INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS.			