

MENÚ MAIG 2021

AMB PROPOSTES DE SOPAR

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	MACARRONS AMB SALSA DE VERDURES (1,3) LLUÇ A LA PLANXA (4) LLETUGA ROMANA I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE LLENTIES TRUITA A LA FRANCESA (3) CANONGES, TOMÀTIGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	SOPA AMB BROU DE VERDURES (1,3,9) PILOTES DE VEDELLA AMB SALSA DE TOMÀTIGA (12) ARRÒS IOGURT NATURAL (7)	ARRÒS MARINERA AMB GAMBES I SÈPIA (2,4,14) LLUÇ AL FORN AMB SALSA DE PEBRE VERMELL (4) PATATA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARABASSA AMB CIURONS PITERA DE POLLASTRE ARREBOSSADA (1,3) AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS
SOPAR	CONILL AL FORN AMB XAMPIÑONS, TOMÀTIGA, Ceba I PATATA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA D'ARRÒS AMB ADOCAT + SEITONS ARREBOSSATS FRUITA DEL TEMPS	REMENAT D'OU AMB PERNIL + PA MORENO AMB TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	SALSITXES AMB HUMUS DE CIGRÓ I CRUDITÉS DE VERDURES FRUITA DEL TEMPS	SOPA + DAURADA AL FORN AMB PATATA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE CROQUETS DE POLLASTRE (1,2,3,4,6,7,9,14) I ESPINACS (1,2,3,4,6,7,9,14) LLETUGA I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES TRUITA DE PATATA (3) LLETUGA ROMANA I PASTANAGA RATLLADA IOGURT NATURAL (7)	SOPA AMB BROU DE CARN I VERDURES (1,3,9) ESCALDUMS DE POLLASTRE AMB PICADA D'AMETLLES (8) PATATA FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS NAPOLITANA (1,3) HOKI A LA ESPATLLA (4) PATATA I XAMPINYONS AL FORN FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (2,4,14) LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3) LLETUGA ROMANA I BROTS DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS
SOPAR	LLUÇ A LA PLANXA AMB PATATA I PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS	COSTELLES D'INDIOT A LA PLANXA AMB AMANDA DE QUINOA FRUITA DEL TEMPS	COLIFLOR BROCOLI I PATATA + TRUITA FRANCESA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PASTANAGA, BONIATO I POMA + POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	BACALLÀ AMB SANFAINA I PA MORENO FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	ESPAGUETIS INTEGRALS AMB PESTO D'AMETLLES (1,3,8) HAMBURGUESA MIXTA (6,12) AMANIDA CAPRESSE (TOMÀTIGA, FORMATGE TENDRE I ORENGA) (7) FRUITA DEL TEMPS	SOPA MINISTRONE (1,3,9) PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALSA CURRY (9,10,11) ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB VERDURES LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIURO (4) AMANIDA VARIADA IOGURT NATURAL (7)	VICHYSOISE DE PORROS (7) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSA DE VERDURES PATATA FRUITA DEL TEMPS	CIURONS ESCALDINS AMB CARN MAGRA TRUITA FRANCESA (3) LLETUGA ROMANA, PASTANAGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS
SOPAR	CARBASSONS FARCITS DE GAMBES AMB QUINOA FRUITA DEL TEMPS	MENESTRA DE VERDURES AMB TONYINA FRUITA DEL TEMPS	OUS AL FORN AMB VERDURA I PATATA FRUITA DEL TEMPS	SOPA D'ARRÒS DE PEIX AMB VERDURES I BACALLÀ FRUITA DEL TEMPS	POLLASTRE AL FORN AMB ALBERGINIA I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	FIDEUS AMB BROU DE PEIX (1,2,3,4) TRUITA DE CARABASSI (4) LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS 5 DELÍCIES (PASTANAGA, PÈSOLS, PERNIL DOLÇ, BACÓ I PEBRE) RABAS DE CALAMAR (1,14) LLETUGA I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PASTA LLAÇOS AMB TONYINA, PALETES DE CARNIC (2,3,4,6) I TOMÀTIGA (1,3,4) SALSITXES DE POLLASTRE (12) LLETUGA I BLAT DE LES INDIES FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES LLUÇ A LA PLANXA (4) PATATA IOGURT NATURAL (7)	PURÉ DE CARABASSI AMB CROSTONS (1,7) FRIT DE POLLASTRE AMB VERDURES (SENSE VISCERES) FRUITA DEL TEMPS
SOPAR	PURÉ DE BONIATO + LLUÇ A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	HAMBURGUESA AMB MONGETA VERDA I PATATA FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES + REMENAT D'OU I PERNIL FRUITA DEL TEMPS	COSTELLETES DE MÈ ARREBOSSADES AMB AMANDA DE QUINOA FRUITA DEL TEMPS	RAP A LA PLANXA AMB PASTANAGA I PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 31				
DINAR	SOPA AMB BROU DE CARN I VERDURES (1,3,9) POLLASTRE AL FORN PATATA FREGIDA FRUITA DEL TEMPS				
SOPAR	TRUITA DE PATATA AMB CARXOFA FRUITA DEL TEMPS				

Informació sobre els nostres menús

Pa moreno de forn de llenya (producte local) i aigua
Les ensalades estan amanides amb oli d'oliva extra verge premsat en fred
Cuinam alternant oli d'oliva i oli de gira-sol altooleic

Aliments integrals

Plat tradicional de les Illes Balears

Productes ecològics (nombre inscrit Comensals: 1115E Consell Balear de la Producció Agrària Ecològica)

Productes de km 0

Productes de temporada segons el calendari APAEMA

Per l'elaboració dels menús s'ha tingut en compte : Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos així com el Decret 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears.

Informació completa sobre el Reglament Al·lèrgens 1169/2011, 13 de Desembre de 2014 **1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacauets 6 Soja 7 Llet, lactosa 8 Fruïts secs amb closca 9 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12 Diòxid de sofre 13 Tramussos 14 Mol liscs TR Traces**

MENÚ MAIG 2021

NO GLUTEN

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	MACARRONS AMB SALSA DE VERDURES LLUÇ A LA PLANXA (4) LLETUGA ROMANA I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE LLENTIES TRUITA A LA FRANCESA (3) CANONGES, TOMATIGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	SOPA AMB BROU DE VERDURES (9) PILOTES DE VEDELLA AMB SALSA DE TOMATIGA (12) ARRÒS IOGURT NATURAL (7)	ARRÒS MARINERA AMB GAMBES I SÈPIA (2,4,14) LLUÇ AL FORN AMB SALSA DE PEBRE VERMELL (4) PATATA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARABASSA AMB CIURONS PITERA DE POLLASTRE ARREBOSSADA AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES TRUITA DE PATATA (3) LLETUGA ROMANA I PASTANAGA RATLLADA IOGURT NATURAL (7)	SOPA AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) ESCALDUMS DE POLLASTRE AMB PICADA D'AMETLLES (8) PATATA FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS NAPOLITANA HOKI A LA ESPATLLA (4) PATATA I XAMPINYONS AL FORN FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (2,4,14) LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ LLETUGA ROMANA I BROTS DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	ESPAGUETIS AMB PESTO D'AMETLLES (8) HAMBURGUESA MIXTA (6,12) AMANIDA CAPRESSE (TOMÀTIGA, FORMATGE TENDRE I ORENGA) (7) FRUITA DEL TEMPS	SOPA MINISTRONE (9) PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALSA CURRY (9,10,11) ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB VERDURES LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIURO (4) AMANIDA VARIADA IOGURT NATURAL (7)	VICHYSOISE DE PORROS (7) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSA DE VERDURES PATATA FRUITA DEL TEMPS	CIURONS ESCALDINS AMB CARN MAGRA TRUITA FRANCESA (3) LLETUGA ROMANA, PASTANAGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	FIDEUS AMB BROU DE PEIX (2,4) TRUITA DE CARABASSI (4) LLETUGA, TOMATIGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS 5 DELÍCIES (PASTANAGA, PÈSOLS, PERNIL DOLÇ, BACÓ I PEBRE) LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIURO (4) LLETUGA I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PASTA LLAÇOS AMB TONYINA I TOMÀTIGA (4) SALSITXES DE POLLASTRE (12) LLETUGA I BLAT DE LES INDIES FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES LLUÇ A LA PLANXA (4) PATATA IOGURT NATURAL (7)	PURÉ DE CARABASSÍ (7) FRIT DE POLLASTRE AMB VERDURES (SENSE VISCERES) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 31				
DINAR	SOPA AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) POLLASTRE AL FORN PATATA FREGIDA FRUITA DEL TEMPS				

Informació sobre els nostres menús

Pa SENSE GLUTEN i aigua

***Les pastes i els arrebossats seràn sense gluten ni ou. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró.**

Les ensalades estàn amanides amb oli d'oliva extra verge premsat en fred

Cuinam alternant oli d'oliva i oli de gira-sol altooleic

Aliments integrals

Plat tradicional de les Illes Balears

Productes ecològics (nombre inscrit Comensals: 1115E Consell Balear de la Producció Agrària Ecològica)

Productes de km 0

Productes de temporada segons el calendari APAEMA

Per L'elaboració dels menús s'ha tingut en compte : Documento de consenso sobre la alimentació en los centros educativos així com el Decret 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears.

Informació completa sobre el Reglament Al·lèrgens 1169/2011, 13 de Desembre de 2014 **1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacauets 6 Soja 7 Llet, lactosa 8 Fruits secs amb closca 9 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12 Diòxid de sofre 13 Tramussos 14 Mol·luscs TR Traces**

MENÚ MAIG 2021

NO OU

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	MACARRONS AMB SALSA DE VERDURES LLUÇ A LA PLANXA (4) LLETUGA ROMANA I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE LLENTIES INDIOT A LA PLANXA CANONGES, TOMATIGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	SOPA AMB BROU DE VERDURES (9) PILOTES DE VEDELLA AMB SALSA DE TOMATIGA (12) ARRÒS IOGURT NATURAL (7)	ARRÒS MARINERA AMB GAMBES I SÈPIA (2,4,14) LLUÇ AL FORN AMB SALSA DE PEBRE VERMELL (4) PATATA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARABASSA AMB CIURONS PITERA DE POLLASTRE ARREBOSSADA AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES HAMBURGUESA D'AU A LA PLANXA LLETUGA ROMANA I PASTANAGA RATLLADA IOGURT NATURAL (7)	SOPA AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) ESCALDUMS DE POLLASTRE AMB PICADA D'AMETLLES (8) PATATA FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS NAPOLITANA HOKI A LA ESPATLLA (4) PATATA I XAMPINYONS AL FORN FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (2,4,14) LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ LLETUGA ROMANA I BROTS DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	ESPAGUETIS AMB PESTO D'AMETLLES (8) HAMBURGUESA MIXTA (6,12) AMANIDA CAPRESSE (TOMÀTIGA, FORMATGE TENDRE I ORENGA) (7) FRUITA DEL TEMPS	SOPA MINISTRONE (9) PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALSA CURRY (9,10,11) ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB VERDURES LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIURO (4) AMANIDA VARIADA IOGURT NATURAL (7)	VICHYSOISE DE PORROS (7) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSA DE VERDURES PATATA FRUITA DEL TEMPS	CIURONS ESCALDINS AMB CARN MAGRA INDIOT A LA PLANXA LLETUGA ROMANA, PASTANAGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	FIDEUS AMB BROU DE PEIX (2,4) POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA, TOMATIGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS 5 DELÍCIES (PASTANAGA, PÈSOLS, PERNIL DOLÇ, BACÓ I PEBRE) LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIURO (4) LLETUGA I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PASTA LLAÇOS AMB TONYINA I TOMÀTIGA (4) SALSITXES DE POLLASTRE (12) LLETUGA I BLAT DE LES INDIES FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES LLUÇ A LA PLANXA (4) PATATA IOGURT NATURAL (7)	PURÉ DE CARABASSÍ AMB CROSTONS (1,7) FRIT DE POLLASTRE AMB VERDURES (SENSE VISCERES) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 31				
DINAR	SOPA AMB BROU DE CARN I VERDURES (9) POLLASTRE AL FORN PATATA FREGIDA FRUITA DEL TEMPS				

Informació sobre els nostres menús

Pa SENSE GLUTEN i aigua

***Les pastes i els arrebossats seràn sense gluten ni ou. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena o de ciuró.**

Les ensalades estàn amanides amb oli d'oliva extra verge premsat en fred

Cuinam alternant oli d'oliva i oli de gira-sol altooleic

Aliments integrals

Plat tradicional de les Illes Balears

Productes ecològics (nombre inscrit Comensals: 1115E Consell Balear de la Producció Agrària Ecològica)

Productes de km 0

Productes de temporada segons el calendari APAEMA

Per L'elaboració dels menús s'ha tingut en compte : Documento de consenso sobre la alimentació en los centros educativos així com el Decret 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears.

Informació completa sobre el Reglament Al·lèrgens 1169/2011, 13 de Desembre de 2014 **1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacauets 6 Soja 7 Llet, lactosa 8 Fruits secs amb closca 9 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12 Diòxid de sofre 13 Tramussos 14 Mol·luscs TR Traces**

MENÚ MAIG 2021

NO LACTOSA NI PVL

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	MACARRONS AMB SALSA DE VERDURES (1,3) LLUÇ A LA PLANXA (4) LLETUGA ROMANA I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE LLENTIES TRUITA A LA FRANCESA (3) CANONGES, TOMATIGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	SOPA AMB BROU DE VERDURES (1,3,9) PILOTES D'AU AMB SALSA DE TOMATIGA ARRÒS IOGURT DE SOJA (6) O FRUITA	ARRÒS MARINERA AMB GAMBES I SÈPIA (2,4,14) LLUÇ AL FORN AMB SALSA DE PEBRE VERMELL (4) PATATA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARABASSA AMB CIURONS PITERA DE POLLASTRE ARREBOSSADA (1,3) AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS
DINAR	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES TRUITA DE PATATA (3) LLETUGA ROMANA I PASTANAGA RATLLADA IOGURT DE SOJA (6) O FRUITA	SOPA AMB BROU DE CARN D'AU I VERDURES (1,3,9) ESCALDUMS DE POLLASTRE AMB PICADA D'AMETLLES (8) PATATA FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS NAPOLITANA (1,3) HOKI A LA ESPATLLA (4) PATATA I XAMPINYONS AL FORN FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (2,4,14) LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3) LLETUGA ROMANA I BROTS DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS
DINAR	ESPAGUETIS INTEGRALS AMB PESTO D'AMETLLES (1,3,8) HAMBURGUESA DE POLLASTRE TOMATIGA FRUITA DEL TEMPS	SOPA MINISTRONE (1,3,9) PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALSA CURRY (9,10,11) ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB VERDURES LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE CIURO (4) AMANIDA VARIADA IOGURT DE SOJA (6) O FRUITA	VICHYSOISE DE PORROS (7) LLOM AMB SALSA DE VERDURES PATATA FRUITA DEL TEMPS	CIURONS ESCALDINS AMB CARN MAGRA TRUITA FRANCESA (3) LLETUGA ROMANA, PASTANAGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS
DINAR	FIDEUS AMB BROU DE PEIX (1,2,3,4) TRUITA DE CARABASSI (4) LLETUGA, TOMATIGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS 5 DELÍCIES (PASTANAGA, PÈSOLS, PERNIL DOLÇ, BACÓ I PEBRE) RABAS DE CALAMAR (1,14) LLETUGA I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PASTA LLAÇOS AMB TONYINA, PALETES DE CARNIC (2,3,4,6) I TOMÀTIGA (1,3,4) SALSITXES DE POLLASTRE (12) LLETUGA I BLAT DE LES INDIES FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE MONGETES BLANQUES LLUÇ A LA PLANXA (4) PATATA IOGURT DE SOJA (6) O FRUITA	PURÉ DE CARABASSI AMB CROSTONS FRIT DE POLLASTRE AMB VERDURES (SENSE VISCERES) FRUITA DEL TEMPS
DINAR	DILLUNS 31 SOPA AMB BROU DE CARN D'AU I VERDURES (1,3,9) POLLASTRE AL FORN PATATA FREGIDA FRUITA DEL TEMPS				

Informació sobre els nostres menús

Pa moreno de forn de llenya (producte local) i aigua
Les ensalades estàn amanides amb oli d'oliva extra verge premsat en fred
Cuinam alternant oli d'oliva i oli de gira-sol altooleic

Aliments integrals

Plat tradicional de les Illes Balears

Productes ecològics (nombre inscrit Comensals: 1115E Consell Balear de la Producció Agrària Ecològica)

Productes de km 0

Productes de temporada segons el calendari APAEMA

Per l'elaboració dels menús s'ha tingut en compte: Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos així com el Decret 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears.

Informació completa sobre el Reglament Al·lèrgens 1169/2011, 13 de Desembre de 2014 **1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacauets 6 Soja 7 Llet, lactosa 8 Fruits secs amb closca 9 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12 Diòxid de sofre 13 Tramussos 14 Mol·luscs TR Traces**

L'objectiu d'aquesta dieta és eliminar la ingesta de proteïnes de la llet de vaca per evitar els efectes del procés al·lèrgic. També s'ha d'excloure de la dieta la llet de cabra i d'ovella per la similitud de les seves proteïnes. Algunes persones també han d'evitar la carn de vedella.

MENÚ MAIG 2021

NO LLEGUM

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOURS 6	DIVENDRES 7
DINAR	MACARRONS AMB SALSA DE VERDURES (1,3) LLUÇ A LA PLANXA (4) LLETUGA ROMANA I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE TRUITA A LA FRANCESA (3) CANONGES, TOMATIGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	SOPA AMB BROU DE VERDURES (1,3,9) PILOTES DE VEDELLA AMB SALSA DE TOMATIGA (12) ARRÒS IOGURT NATURAL (7)	SOPA D'ARRÒS AMB BROU DE PEIX (2,4) LLUÇ AL FORN AMB SALSA DE PEBRE VERMELL (4) PATATA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARABASSA PITERA DE POLLASTRE ARREBOSSADA (1,3) AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOURS 13	DIVENDRES 14
DINAR	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	ESPAGUETIS AMB PERNIL, OLI I ORÉNGA (1,3) TRUITA DE PATATA (3) LLETUGA ROMANA I PASTANAGA RATLLADA IOGURT NATURAL (7)	SOPA AMB BROU DE CARN D'AU I VERDURES (1,3,9) ESCALDUMS DE POLLASTRE AMB PICADA D'AMETLLES (8) PATATA FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS NAPOLITANA (1,3) HOKI A LA ESPATLLA (4) PATATA I XAMPINYONS AL FORN FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (2,4,14) SENSE PÈSOLS LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3) LLETUGA ROMANA I BROTS DE SOJA (6) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOURS 20	DIVENDRES 21
DINAR	ESPAGUETIS INTEGRALS AMB PESTO D'AMETLLES (1,3,8) HAMBURGUESA DE POLLASTRE AMANIDA CAPRESSE (TOMÀTIGA, FORMATGE TENDRE I ORENGA) (7) FRUITA DEL TEMPS	SOPA MINISTRONE (1,3,9) PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALSA CURRY (9,10,11) ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE VERDURES LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE BLAT (1,4) AMANIDA VARIADA IOGURT NATURAL (7)	VICHYSOISE DE PORROS (7) RODÓ DE VEDELLA AMB SALSA DE VERDURES PATATA FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB PASTANAGA TRUITA FRANCESA (3) LLETUGA ROMANA, PASTANAGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOURS 27	DIVENDRES 28
DINAR	FIDEUS AMB BROU DE PEIX (1,2,3,4) TRUITA DE CARABASSI (4) LLETUGA, TOMATIGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS 4 DELÍCIES (PASTANAGA, PERNIL DOLÇ, BACÓ I PEBRE) RABAS DE CALAMAR (1,14) LLETUGA I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PASTA LLAÇOS AMB TONYINA, TOMÀTIGA (1,3,4) SALSITXES DE POLLASTRE (12) LLETUGA I BLAT DE LES INDIES FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE LLUÇ A LA PLANXA (4) PATATA IOGURT NATURAL (7)	PURÉ DE CARABASSÍ AMB CROSTONS (1,7) FRIT DE POLLASTRE AMB VERDURES (SENSE VISCERES) NI PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 31				
DINAR	SOPA AMB BROU DE CARN I VERDURES (1,3,9) POLLASTRE AL FORN PATATA FREGIDA FRUITA DEL TEMPS				

Informació sobre els nostres menús

Pa moreno de forn de llenya (producte local) i aigua
Les ensalades estan amanides amb oli d'oliva extra verge premsat en fred
Cuinam alternant oli d'oliva i oli de gira-sol altooleic

Aliments integrals

Plat tradicional de les Illes Balears

Productes ecològics (nombre inscrit Comensals: 1115E Consell Balear de la Producció Agrària Ecològica)

Productes de km 0

Productes de temporada segons el calendari APAEMA

Per L'elaboració dels menús s'ha tingut en compte : Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos así com el Decret 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears.

Informació completa sobre el Reglament Al·lèrgens 1169/2011, 13 de Desembre de 2014 **1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacauets 6 Soja 7 Llet, lactosa 8 Fruits secs amb closca 9 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12 Diòxid de sofre 13 Tramussos 14 Mol·luscs TR Traces**

MENÚ MAIG 2021

DAO

	DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
DINAR	MACARRONS AMB SALS DE PORRO HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12) LLETUGA FRUITA DAO	CUINAT DE LLENTIES AMB PORRO I CARBASSA POLLASTRE A LA PLANXA CANONGES FRUITA DAO	*SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES (9) DAO: PASTANGA, COL, PORRO I APID PILOTES DE VEDELLA ARRÒS FRUITA DAO	ARRÒS AMB PÈSOLS INDIOT A LA PLANXA PATATA FRUITA DAO	CREMA DE CARBASSA PITERA DE POLLASTRE ARREBOSSADA (1,3) AMANIDA VARIADA FRUITA DAO
	DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
DINAR	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE POLLASTRE A LA PLANXA ARRÒS FRUITA DAO	CUINAT DE LLENTIES AMB PORRO I CARBASSA HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12) LLETUGA ROMANA I PASTANAGA RATLLADA FRUITA DAO	*SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES (9) DAO: PASTANGA, COL, PORRO I APID ESCALDUMS DE POLLASTRE PASTANAGA FRUITA DAO	MACARRONS SENSE GLUTEN AMB SALS DE PORRO INDIOT A LA PLANXA CANONGES FRUITA DAO	ARRÒS AMB PÈSOLS LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE GLUTEN NI OU LLETUGA ROMANA FRUITA DAO
	DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
DINAR	ESPAGUETIS SENSE GLUTEN AMB PERNIL, OLI I ORÈNGA HAMBURGUESA DE POLLASTRE (12) CANONGES FRUITA DAO	*SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES (9) DAO: PASTANGA, COL, PORRO I APID PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA ARRÒS FRUITA DAO	CUINAT DE LLENTIES AMB PORRO I CARBASSA INDIOT A LA PLANXA LLETUGA FRUITA DAO	VICHYSOISE DE PORROS RODÓ DE VEDELLA PASTANAGA FRUITA DAO	ARRÒS AMB PASTANAGA POLLASTRE A LA PLANXA LLETUGA ROMANA, PASTANAGA FRUITA DAO
	DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
DINAR	*SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES (9) DAO: PASTANGA, COL, PORRO I APID POLLASTRE A LA PLANXA PASTANAGA BULLIDA FRUITA DAO	ARRÒS 5 DELÍCIES (PASTANAGA, PÈSOLS, PERNIL DOLÇ, BACÓ I PEBRE) LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE GLUTEN NI OU LLETUGA I PASTANAGA FRUITA DAO	AMANIDA DE PASTA LLAÇOS AMB PERNIL SALSITXES DE POLLASTRE (12) CANONGES FRUITA DAO	CUINAT DE MONGETES BLANQUES INDIOT A LA PLANXA LLETUGA FRUITA DAO	PURÉ DE CARBASSÍ SENSE LÁCTIS FRIT DE POLLASTRE AMB VERDURES (SENSE VISCERES) FRUITA DAO
	DILLUNS 31				
DINAR	*SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES (9) DAO: PASTANGA, COL, PORRO I APID POLLASTRE AL FORN PATATA FREGIDA FRUITA DAO				

Informació sobre els nostres menús

Pa sense gluten i aigua
 Les ensalades estan amanides amb oli d'oliva extra verge premsat en fred
 Cui nam alternant oli d'oliva i oli de gira-sol altooleic
Plat tradicional de les Illes Balears
Productes ecològics
Productes de km 0
Productes de temporada segons el calendari APAEMA

Per l'elaboració dels menús s'ha tingut en compte : Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos així com el Decret 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears.

Informació completa sobre el Reglament Al·lèrgens 1169/2011, 13 de Desembre de 2014 **1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacauets 6 Soja 7 Llet, lactosa 8 Fruits secs amb closca 9 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12 Diòxid de sofre 13 Tramussos 14 Mol·luscs TR Traces**

recordatori DAO

PODEN MENJAR	VERDURES: ENCIAM, ENDÍVIES, ESCAROLA, CRÉIXENTS, CANONGES, RÚCULA, COLS DE BRUSEL·LES, COLIFLOR, COL LOMBARDA, BRÒQUIL, CARXOFES, PASTANAGA, BONIATO, COGOMBRE, ALL, CEBA, PORRO, CARBASSÓ, CARBASSA, ESPÀRRECS, REMOLATXA, MONGETA VERDA, NAPS, RAVANETS, ÀPID (*la carbassa i el carbassó amb moderació)
	CARN (XAI, VADELLA, CONILL, SENGLAR, POLLASTRE, GALL D'INDI), LLEGUM (PÈSOLS, LLENTIES, FAVES, MONGETA SECA, AZUKIS), FARINACIS (MILLOR SENSE GLUTEN: QUINOÀ, *ESPELTA, ARRÒS, PASTA SENSE GLUTEN) LLAVORS (LLI, SÈSAM, TAHINI, CÀNEM), ALGUES, ROVELL D'OU, LLETES (D'ARRÒS, AVENA)*, SÈSAM, COCO, D'OVELLA, D'EUGA O DE CABRA) * hi ha alimenta que duen petites quantitats de gluten, millor no donar-los.
	FRUITA: POMA, PERA, MANGO, COCO, LITXIS, RAÏM, MELÓ (si és molt madur no s'aconsella), SÍNDRIA, FIGUES, PRÉSSEC, CIRERES, ALBERCOC, NECTARINES

***Les pastes i els arrebossats seràn sense gluten ni ou. Els arrebossats seràn casolans elaborats amb farina de maizena**