

Menú general del mes d'octubre de 2022

Els menús inclouen pa moreno mallorquí i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i oli d'oliva verge per trempar.

Les fruites de temporada d'aquest mes són: meló, raïm, kiwi, poma, pera i plàtan.

3	4	5	6	7
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	CREMA DE CARABASSÓ (carabassó, porros, patata)	PAELLA DE VERDURES	ESPAGUETIS INTEGRALS AMB SALSA CARBONARA (ceba, bacó, nata) (1,3,6,7)	CREMA DE CARABASSA I MONGETES VERMELLES (carabassa, porros, cebra, patata)
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	CALDERETA DE TONYINA (2,4,14)	PITRERA DE POLLASTRE A LA PLANXA	GALL ENFARINAT CASOLÀ (farina de blat) (1,2,4,14)	FRIT MALLORQUÍ DE MAGRE I POLLASTRE
ENSALADA VARIADA AMB OLIVES	(ceba, all, tomàtiga, pastanaga, julivert, patata)	ENSALADA VARIADA AMB REMOLATXA	ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES	(patata, pebre vermell, cebra tendra, pèsols, all, fonoll)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar	Suggeriment de sopar	Suggeriment de sopar	Suggeriment de sopar	Suggeriment de sopar
Arròs amb verdures i indiòt / Fruita	Ensalada i truita a la francesa amb pa / Fruita	Cuscús amb pebres i ciurons / Fruita	Bullit de patata i verdures amb ou / Fruita	Pizza casolana / Fruita
10	11	12	13	14
ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA (ceba, pastanaga, pebre vermell, tomàtiga, all, llorer)	CREMA DE VERDURES	FESTIU	CUINAT DE CIURONS AMB ESPINACS	ENSALADA VARIADA AMB OLIVES
LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ (ou, farina de blat) (1,2,3,4,14)	POLLASTRE ROSTIT		TRUITA DE PATATA I CARABASSÓ (3)	LASANYA CASOLANA DE CARN MIXTA I VERDURES (1,3,6,7,12)
ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES	CEBA, TOMÀTIGA I PATATA		TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA	(ceba, patanaga, tomàtiga, all)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar	Suggeriment de sopar		Suggeriment de sopar	Suggeriment de sopar
Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Ensalada variada i truita de patata i cebra / Fruita		Sopa de pasta i salmó a la planxa amb mongetes / Fruita	Quiche de verdures i formatge / Fruita
17	18	19	20	21
MACARRONS INTEGRALS GRATINATS (1,3,7)	ARRÒS SEC AMB BOLETS	CREMA DE PASTANAGA I MONGETES BLANQUES (pastanaga, porro, cebra, patata)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	TEMPURA DE VERDURES AMB SALSA DE SOIA (1,3,6)
TRUITA A LA FRANCESA AMB JULIVERT (3)	FILET DE GALL ARREBOSSAT CASOLÀ (ou, pa ratllat) (1,2,3,4,14)	INDIOT AMB CURRI	TIRES DE CALAMAR (1,2,4,14)	AGUIAT DE VEDELLA
ENSALADA AMB OLIVES NEGRES	ENSALADA AMB CRÉIXENS (créixens, tomàtiga, olives)	PATATES	ENSALADA VARIADA AMB TONYINA (4)	PATATA PARISENCA I VERDURES (all, llorer, cebra, pastanaga, tomàtiga, pèsols)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar	Suggeriment de sopar	Suggeriment de sopar	Suggeriment de sopar	Suggeriment de sopar
Cuscús amb xampinyons i ciurons / Fruita	Sopa de pasta i truita a la francesa amb carabassó / Fruita	Ensalada i lluç amb tomàtiga i arròs / Fruita	Arròs amb verdures, bacó i fruita seca / Fruita	Ensalada i quesadilles / Fruita
24	25	26	27	28
NOQUIS AMB SALSA QUATRE FORMATGES (1,7)	CUINAT DE CIURONS AMB BLEDES	ESPAGUETIS INTEGRALS AMB SALSETA (ceba, tomàtiga, carn variada) (1,3,6,7,12)	CREMA DE COLFLORI (colflori, porros, patata)	ENSALADA CÈSAR (1,4,7)
LLUÇ AL FORN (2,4,14)	POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ (ou, pa ratllat) (1,3)	SALMÓ A LA PLANXA (2,4,14)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	PAELLA CEGA MIXTA
SAMFAINA DE VERDURES	ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES	BRÒQUIL AL VAPOR	ENSALADA VARIADA AMB OLIVES	(2,4,14)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar	Suggeriment de sopar	Suggeriment de sopar	Suggeriment de sopar	Suggeriment de sopar
Sopa de pasta i truita amb ensalada / Fruita	Calamar amb cebra i arròs / Fruita	Ensalada variada i indiòt a la planxa amb patata / Fruita	Espirals de llegums amb verdures / Fruita	Tortilles mexicanes de pollastre i verdures / Fruita
31	 			
NO LECTIU				

Llegenda d'al·lèrgens presents

1: Gluten 2: Crustacis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauet 6: Soia 7: Llet 8: Fruita seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscs