



**CEIP Menú General mes juny de 2021**

Els menús van acompanyats d'aigua i pa del Forn de Binissalem.

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

*Els productes ecològics d'aquest mes són: carabassa, ciurons, lletuga.*

	<b>DIMARTS 1</b>	<b>DIMECRES 2</b>	<b>DIJOUS 3</b>	<b>DIVENDRES 4</b>
	CUINAT DE LLENTIES (amb carabassa ecològica) (1)  LLUÇ A LA PLANXA (4)  ENSALADA CAPRESE (mesclum, tomàtiga, alfabaguera, formatge tendre i olives negres) (7)  FRUITA CÍTRICA  <b>Suggeriment de sopar:</b> Patates i tomàtiga gratinada al forn / Fruita	PURÉ DE PORROS AMB FORMATGE I CROSTONS (1,7) (amb porro ecològic)  HAMBURGUESA DE CARN MIXTA (6,12)  AMB CUSCÚS, PASTANAGA I CARABASSÍ (1)  IOGURT (7)  <b>Suggeriment de sopar:</b> Falafel de ciurons amb salsa i ensalada / Fruita	ENSALADA DE PASTA TRICOLOR AMB TOMÀTIGA, TONYINA, OU BULLIT I OLIVES (1,3,4)  HOKI AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)  BRÒQUIL I PASTANAGA  FRUITA DE TEMPORADA  <b>Suggeriment de sopar:</b> Ensalada i indiòt amb patata / Fruita	CIURONS TREMPATS AMB PATATA, MONGETA TENDRE, PASTANAGA I OU (3)  RUSTIT DE POLLASTRE  ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, ceba, tonyina i germinats) (4,6)  FRUITA DE TEMPORADA  <b>Suggeriment de sopar:</b> Salmó a la planxa amb arròs i verdures / Fruita
<b>DILLUNS 7</b>	<b>DIMARTS 8</b>	<b>DIMECRES 9</b>	<b>DIJOUS 10</b>	<b>DIVENDRES 11</b>
MACARRONS INTEGRALS AMB SALS DE TONYINA (ceba, pebre vermell, tomàtiga) (1,3,4)  LLIBRETS D'INDIOT (1,3,7)  ENSALADA DE CANONGES (lletuga, tomàtiga, canonges, olives i pastanaga)  FRUITA DE TEMPORADA  <b>Suggeriment de sopar:</b> Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) (1)  LLENGUADO AL FORN AMB SALS MARINERA (1,2,4,14)  PASTANAGA I COLFLORI  FRUITA CÍTRICA  <b>Suggeriment de sopar:</b> Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	ENSALADA CESAR (lletuga, pollastre, parmesà, crostons de pa) (1,4,7)  RAGU DE VEDELLA AMB SALS (12)  VERDURES I PATATA  IOGURT (7)  <b>Suggeriment de sopar:</b> Ciurons saltats amb verdures i blat sarraí / Fruita	ARRÒS AMB SALS DE TOMÀTIGA  LLENGUADO A LA LLIMONA (4)  ENSALADA RÚSTICA (fulles de roure, iceberg, olives, nous i ou bullit) (3,8)  FRUITA DE TEMPORADA  <b>Suggeriment de sopar:</b> Pizzetes d'auberginia i carabassí / Fruita	PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA I CIURONS (ecològics)  PITERA DE POLLASTRE AMB SALS DE CURRY (7)  PATATES BULLIDES  FRUITA DE TEMPORADA  <b>Suggeriment de sopar:</b> Coca mallorquina amb sardines / Fruita
<b>DILLUNS 14</b>	<b>DIMARTS 15</b>	<b>DIMECRES 16</b>	<b>DIJOUS 17</b>	<b>DIVENDRES 18</b>
CUINAT DE MONGETES PINTADES (carabassa ecològica)  TRUITA DE PATATES (3)  ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, meclum, tomàtiga, pastanaga i remolatxa)  FRUITA CÍTRICA  <b>Suggeriment de sopar:</b> Calamarsets amb arròs i verdures / Fruita	PURÉ DE CARABASSA I LLEGUMS (amb carabassa ecològica)  LLUÇ A LA PLANXA (4)  MONGETES TENDRES I XAMPINYONS  IOGURT (7)  <b>Suggeriment de sopar:</b> Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita	ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, pèsols i blat de les índies)  SALSITXES DE CARN DE PORC (6,7,12)  ENSALADA PRIMAVERA (iceberg, mesclum, tomàtiga, olives, cogombre)  FRUITA DE TEMPORADA  <b>Suggeriment de sopar:</b> Espirals de llegum amb verdures saltades / Fruita	ESPAGUETI INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3)  SALMÓ AMB PISTO DE VERDURES (4)  MINISTRA DE VERDURES  FRUITA DE TEMPORADA  <b>Suggeriment de sopar:</b> Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita	SOPA DE BROU DE POLLASTRE I VERDURES AMB MAREVELLA (1,3)  FRIT DE CARN MAGRE I POLLASTRE (1,3)  PATATES I PEBRE VERMELL  FRUITA DE TEMPORADA  <b>Suggeriment de sopar:</b> Pizza casolana variada / Fruita
<b>DILLUNS 21</b>	<b>DIMARTS 22</b>			
FIDEUS PAGESOS (mongeta tendre i carxofa) (1,3)  ORADA AL FORN (4)  ENSALADA DE TOMÀTIGA XERRY (mesclum, iceberg, tomàtiga xerry i tonyina) (4)  FRUITA CÍTRICA  <b>Suggeriment de sopar:</b> Ensalada de patata i ou bullit / Fruita	PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, ou bullit i alfabaguera) (1,3)  FINGER DE POLLASTRE (1,3)  ENSALADA ESTIVAL (iceberg, meclum, pastanaga i melicotó)  IOGURT (7)  <b>Suggeriment de sopar:</b> Lluç a la planxa i carabassó saltat / Fruita			

**Llegenda d'al·lèrgens presents:**

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos