

Escoles **Menú GENERAL** juliol de 2024

1	2	3	4	5
PASTA 4 FORMATGES (1,3,7)	TREMPÓ AMB LLENTIES I ARRÒS (1)	CREMA DE PASTANAGA I CIURONS	ARRÒS 5 DELICIES (pastanaga, pèsols, blat de les índies, cuixot dolç) (3,6)	FIDEUÀ MARINERA (1,2,3,4,14)
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN	LLOM D'INDIOT AL FORN	ANELLS DE LLUÇ ARREBOSSAT (1,3,4)	HAMBURGUESA VEGETAL (1,6)
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga)	XAMPINYONS I PASTANAGA BABY	PATATES AL FORN	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, ceba, tomàtiga)	ENSALADA PRIMAVERA (iceberg, tomàtiga, cogombre, olives)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Ensaladilla i salmó	Tabulé de cuscús amb ou	Ensalada de pasta i llenguado	Espirals de llegum i verdures	Pizza casolana
8	9	10	11	12
CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA AMB CROSTONS (1)	ESPAGUETI INTEGRAL A LA CARBONARA (1,3,6,7)	ARRÒS AMB SALS DE TOMÀTIGA	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	CUSCÚS AMB CIURONS I VERDURES (1)
SALSITXES MIXTES (6,7,12)	SALMÓ AL FORN (4)	TRUITA A LA FRANCESA (3)	RABAS DE CALAMAR (1,3,7,14)	POLLASTRE ROSTIT
ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum)	ENSALADA CAMPERA (iceberg, ceba morada, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	BRÒQUIL I TOMÀTIGA CICEROL	ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	PATATES ROSTIDES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Pasta amb verdures i ciurons	Ensaladilla amb ou	Ensalada de pasta i lluç	Arròs amb verdures i formatge	Tacos de salmó i ensalada
15	16	17	18	19
MACARRONS A LA PIZZAIOLA (ceba, tomàtiga, alfabaguera, olives negres) (1,3)	CREMA DE CARABASSÍ (carabassí, ceba, porros, patata)	FARFALLE MEDITERRANIS (tomàtiga, blat de les índies, olives negres, tonyina) (1,3,4)	ENSALADA GREGA (mesclum, fulles de roure, tomàtiga, olives negres, orenga, formatge) (7)	ARRÒS AMB VERDURES (porro, pastanaga, xampinyons, albergínia, carabassí)
HOKY A LA PLANXA (4)	LLOM DE PORCAL FORN	MEDALLÓ DE LLUÇ A LA LLIMONA(4)	PILOTES DE CARN MIXTA (1,6,7,12)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	TUMBET MALLORQUÍ	ENSALADA PRIMAVERA (iceberg, tomàtiga, cogombre, olives negres)	SALS DE TOMÀTIGA I ARRÒS	ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga)
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	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 ciurons	Tabulé de cuscús amb ou	Ensaladilla i pollastre	Patata, verdures i ciurons	Quesadillas
22	23	24	25	26
CREMA DE CARABASSA I LLEGUMS	ESPIRALS AMB FORMATGE (1,3,7)	ENSALADA DE QUÍNOA (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives negres, quínoa)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS AMB CIURONS I VERDURES
LLIBRETS D'INDIOT AMB FORMATGE I CUIXOT (1,3,7)	LLUÇ AL FORN (4)	POLLASTRE AL FORN	TRUITA DE PATATES I CARABASSÍ (3)	LLAMPUGA AL FORN (4)
ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, ceba, tomàtiga)	ENSALADA ORIENTAL (iceberg, espinacs, pastanaga, soja) (6)	PATATES AL FORN	ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, pastanaga, formatge)	PEBRES I SALS DE TOMÀTIGA
IOGURT NATURAL (7)	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 ou	Cuscús amb verdures i ciurons	Pasta frutti di mare	Ensalada de patata i indiots	Pa amb oli
29	30	31		
MACARRONS INTEGRALS A LA BOLONYESA (1,3)	CREMA DE PORROS	ARRÒS A LA CUBANA (3)		
FINGERS DE POLLASTRE (1,6,10)	HAMBURGUESA MIXTA (6,12)	HOKY A LA PLANXA (4)		
ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, ceba, tomàtiga)	BRÒQUIL I PASTANAGA	ENSALADA 4 ESTACIONS		
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA		
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:		
Patata, verdures i ou	Ensalada de cuscús i ciurons	Pasta amb verdures i indiots		

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