


Menú GENERAL mes de desembre de 2020

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 premi en fred.
Els productes ecològics i de proximitat del menú són: lletugues, carabassa i ciurons.

	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) TRUITA DE CARABASSÍ (3) ENSALADA DE TARDOR (fulles de roure, mesclum, tomàtiga, ceba morada i poma) (amb lletuga ecològica) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb xampinyons / Fruita	TORTELLINI DE CARN AMB SALSÀ CARBONARA (1,3,6,7) ORADA AL FORN (4) BRÓCOLI I PASTANAGA FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita	PURÉ D'ESPINACS I LLEGUMS HAMBURGUESA DE CARN MIXTA (6,7,12) MONGETES TENDRES I PATATA IOGURT (7) Suggeriment de sopar: Espirals de pèsols amb verdures saltejades / Fruita	ARRÒS AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA I OU (3) LLUÇ A LA MARINERA (2,4,14) CUSCÚS AMB BLAT DE LES ÍNDIES I PASTANAGA (1) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Tortillas mexicanes de verdures i pollastre / Fruita
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
FESTIU	FESTIU	MACARRONS A LA NAPOLITANA (1,3) TRUITA A LA FRANCESA (3) ENSALADA AMB TONYINA (lletugues variades, ceba, tomàtiga, tonyina) (4) IOGURT (7) Suggeriment de sopar: Llenguado enfarinat saltat de ceba, col i pastanaga / Fruita	CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) PITERA D'INDIOT AL FORN CEBÀ I XAMPINYONS FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i coliflor / Fruita	ENSALADA ORIENTAL (iceberg, espinacs, pastanaga, pollastre, taronja, soja) (6) LASANYA DE CARN MIXTA AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA I BEIXAMEL (1,2,3,6,7,8,9,10,11,13,14) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb arròs i brócoli / Fruita
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
ESPAGUETIS INTEGRALS AMB SALSÀ DE TONYINA (tomàtiga i tonyina) (1,3,4) TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3) ENSALADA MEDITERRÀNIA (iceberg, mesclum, tomàtiga cherry, tonyina i germinats) (amb lletuga ecològica) (4) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Aguiat de calamarsets amb arròs i verdures / Fruita	SOPA DE POLLASTRE I VERDURES AMB MERAVELLA (1,3,9) PITERA DE POLLASTRE AMB CEBÀ CARAMELITZADA (12) CUSCÚS I COLIFLOR (1) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Puré de verdures i raïles amb tomàtiga trempada / Fruita	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) HOKY AL FORN AMB PICADA (4) ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, blat de les Índies i olives negres) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Sopa i truita a la francesa amb xampinyons / Fruita	CREMA DE CARABASSÍ (7) ESTOFAT DE VEDELLA PASTANAGA I PATATA IOGURT (7) Suggeriment de sopar: Ensalada variada i lluç amb moniato / Fruita	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) SALSITXES DE CARN MIXTA A LA PLANXA (6,7,12) PURÉ DE PATATA (7) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita
DILLUNS 21	DIMARTS 22			
CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3) ENSALADA GREGA (fulles de roure, mesclum, olives negres, formatge tendre, orenga) (7) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Bacallà amb pebres, tomàtiga i cuscús / Fruita	ENSALADA DE PASTA AMB TOMÀTIGA, OU I MOZZARELLA (1,3,7) NUGGETS DE POLLASTRE (1,3) PATATES ROSTIDES IOGURT (7) Suggeriment de sopar: Ensalada variada i quiche / Fruita			
Legenda d'al·lèrgens presents:				
1: Cereals amb 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: Diòx. de sofre i sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscs				

