



Menú general mes de septiembre de 2018
CEIP BENDINAT

| LUNES 17 | | MARTES 18 | | MIÉRCOLES 19 | | JUEVES 20 | | VIERNES 21 | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|---|--|
| SOPA DE PESCADO | | ARROZ A LA CUBANA | | PURÉ DE CALABAZA, ZANAHORIA Y LEGUMBRE | | SOPA DE POLLO | | LENTEJAS ESTOFADAS | |
| SALMÓN A LA PLANCHA | | CROQUETAS DE POLLO | | TORTILLA DE JAMÓN | | ALBÓNDIGAS CASERAS | | CALAMARES ADOBADOS | |
| JUDÍAS Y PATATAS HERVIDAS | | LECHUGA, TOMATE Y PALMITO | | COLIFLOR REBOZADA | | VERDURAS Y PATATA | | BROTOS TIERNOS, TOMATE ZANAHORIA | |
| FRUTA DE TEMPORADA | | FRUTA DE TEMPORADA | | YOGUR | | FRUTA DE TEMPORADA | | FRUTA DE TEMPORADA | |
| <i>Sugerencia de cena:</i> <i>Tortilla de patata y cebolla con ensalada con aceitunas</i> | | <i>Sugerencia de cena:</i> <i>Merluza con ajo y pimentón dulce, patata y calabacín a la plancha</i> | | <i>Sugerencia de cena:</i> <i>Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de arroz</i> | | <i>Sugerencia de cena:</i> <i>Rape salteado con estragón y limón y ensalada de couscous</i> | | <i>Sugerencia de cena:</i> <i>Fajitas de pollo con cebolla y pimientos</i> | |
| <i>Fruta de temporada</i> | | <i>Fruta de temporada</i> | | <i>Fruta de temporada</i> | | <i>Fruta de temporada</i> | | <i>Fruta de temporada</i> | |
| LUNES 24 | | MARTES 25 | | MIÉRCOLES 26 | | JUEVES 27 | | VIERNES 28 | |
| CREMA DE PUERROS | | MACARRONES A LA NAPOLITANA | | FIDEOS GRUESOS DE PESCADO | | GARBANZOS CON VERDURAS | | SOPA DE BULLIT | |
| MERLUZA AL HORNO | | TORTILLA FRANCESA | | FRICANDELA A LA PLANCHA | | LENGUADO ADOBADO | | BULLIT | |
| A LA MALLORQUINA | | TOMATE ALIÑADO CON ACEITUNAS Y ORÉGANO | | VERDURAS SALTEADAS | | LECHUGAS VARIADAS, ESPÁRRAGOS Y TOMATE | | FRUTA DE TEMPORADA | |
| FRUTA DE TEMPORADA | | FRUTA DE TEMPORADA | | YOGUR | | FRUTA DE TEMPORADA | | FRUTA DE TEMPORADA | |
| <i>Sugerencia de cena:</i> <i>Pollo salteado con romero y ensalada de arroz</i> | | <i>Sugerencia de cena:</i> <i>Lenguado a la plancha con arroz salteado con verduras</i> | | <i>Sugerencia de cena:</i> <i>Tortilla de patata y cebolla y ensalada con aceitunas</i> | | <i>Sugerencia de cena:</i> <i>Pisto de verduras con queso de cabra</i> | | <i>Sugerencia de cena:</i> <i>Pizza variada con canónigos y rúcula</i> | |
| <i>Fruta de temporada</i> | | <i>Fruta de temporada</i> | | <i>Fruta de temporada</i> | | <i>Fruta de temporada</i> | | <i>Fruta de temporada</i> | |

Los menús van acompañados de pan y agua. La cocina utiliza aceite de oliva para cocinar y aliñar los platos.

Incorporamos cada mes, en la medida de lo posible, el producto local y de temporada. Este mes serán: PATATA, CEBOLLA, TOMATE Y CALABACÍN

SI NECESITA INFORMACIÓN SOBRE LOS ALÉRGICOS CONTENIDOS EN EL MENÚ CONTACTE LLAMANDO AL 971682415

IMPORTE MENSUAL DEL COMEDOR: 78,26 €

VALES DIARIOS: 6,60 €

La cuota se abonará del 1 al 5 de cada mes.





Menú general mes de setembre de 2018
CEIP BENDINAT

| DIMECRES 12 | | DIJOUS 13 | | DIVENDRES 14 | |
|---|--|--|---|--|--|
| SOPA DE BULLIT | | CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA | | ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat, tonyina i olives) | |
| LLOM ADOBAT | | LLUÇ AL FORN | | SALSITXES FRESQUES A LA PLANXA | |
| TRAMPÓ MALLORQUÍ | | CEBA, TOMÀTIGA I PATATA PANADERA | | BROTS TENDRES, PASTANAGA I REMOLATXA | |
| FRUITA DE TEMPORADA | | FRUITA DE TEMPORADA | | FRUITA DE TEMPORADA | |
| Suggeriment de sopar: <i>Arròs saltejat amb pisto de verdures i cigrons</i> <i>Fruita de temporada</i> | | Suggeriment de sopar: <i>Truita de carabassí i ceba amb ensalada variada amb alvocat</i> <i>Fruita de temporada</i> | | Suggeriment de sopar: <i>"Gazpacho" i hamburguesa de lluç i gambes amb arròs</i> <i>Fruita de temporada</i> | |
| DILLUNS 17 | DIMARTS 18 | DIMECRES 19 | DIJOUS 20 | DIVENDRES 21 | |
| SOPA DE PEIX | ARRÒS ALA CUBANA | PURÉ DE CARABASSA, PASTANAGA I LLEGUM | SOPA DE POLLASTRE | LLENTIES ESTOFADES | |
| SALMÓ A LA PLANXA | CROQUETES DE POLLASTRE | TRUITA DE PERNIL | PILOTES CASOLANES | CALAMARS ADOBATS | |
| MONGETES I PATATES BULLIDES | LLETUGA, TOMÀTIGA I PALMITO | COLFLORI ARREBOSSADA | VERDURES I PATATES | BROTS TENDRES, TOMÀTIGA I PASTANAGA | |
| FRUITA DE TEMPORADA | FRUITA DE TEMPORADA | IOGURT | FRUITA DE TEMPORADA | FRUITA DE TEMPORADA | |
| Suggeriment de sopar: <i>Truita de patata i ceba amb ensalada amb olives</i> <i>Fruita de temporada</i> | Suggeriment de sopar: <i>Lluç amb all i pebre dolç, patata i carabassí a la planxa</i> <i>Fruita de temporada</i> | Suggeriment de sopar: <i>Pitera de pollastre a la planxa amb ensalada d'arròs</i> <i>Fruita de temporada</i> | Suggeriment de sopar: <i>Rap saltejat amb estragó i llimona, ensalada de couscous</i> <i>Fruita de temporada</i> | Suggeriment de sopar: <i>Fajitas de pollastre amb ceba i pebres</i> <i>Fruita de temporada</i> | |
| DILLUNS 24 | DIMARTS 25 | DIMECRES 26 | DIJOUS 27 | DIVENDRES 28 | |
| CREMA DE PORROS | MACARRONS A LA NAPOLITANA | FIDEUS GRUIXATS DE PEIX | CIGRONS AMB VERDURES | SOPA DE BULLIT | |
| LLUÇ AL FORN | TRUITA A LA FRANCESA | FRICANDELA A LA PLANXA | LLENGUADO ADOBAT | BULLIT | |
| A LA MALLORQUINA | TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES I ORENGA | VERDURES SALTEJADAS | LLETUGUES, ESPÀRRECS I TOMÀTIGA | FRUITA DE TEMPORADA | |
| FRUITA DE TEMPORADA | FRUITA DE TEMPORADA | IOGURT | FRUITA DE TEMPORADA | FRUITA DE TEMPORADA | |
| Suggeriment de sopar: <i>Pollastre saltejat amb romaní i ensalada d'arròs</i> <i>Fruita de temporada</i> | Suggeriment de sopar: <i>Llenguado a la planxa amb arròs saltejat amb verdures</i> <i>Fruita de temporada</i> | Suggeriment de sopar: <i>Truita de patata i ceba, ensalada amb olives</i> <i>Fruita de temporada</i> | Suggeriment de sopar: <i>Pisto de verdures amb formatge de cabra</i> <i>Fruita de temporada</i> | Suggeriment de sopar: <i>Pizza variada amb canonges i rúcula</i> <i>Fruita de temporada</i> | |

Els menús van acompanyats de pa i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i trempar els plats.

Cada mes incorporam, en la mesura de les possibilitats, productes locals de temporada. Aquest mes seran: PATATA, CEBA, TOMÀTIGA I CARABASSÍ
SI NECESSITA INFORMACIÓ DEL AL·LÈRGOGENS CONTINGUTS EN EL MENÚ CONTACTI AMB LES OFICINES CRIDANT AL 971682415

IMPORT MENSUAL DEL MENJADOR: 78,26 €

VALS DIARIS: 6,60 €

La quota s'abonarà de l'1 al 5 de cada mes.

