

# GENER '19



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>7</b> <b>MACARRONS INTEGRALS</b> CARBONARA <sup>1,7</sup>  NUGGETS DE PEIX AMB AMANIDA DE TOMÀTIGA, ENCIAM I BLAT DE LES ÍNDIES <sup>1,3,4</sup>  FRUITA DEL TEMPS	<b>8</b> CREMA DE LLENTIES I CARABASSA  <b>ESCALDUMS DE POLLASTRE</b>  FRUITA CÍTRICA	<b>9</b> ARRÒS DE PEIX AMB PICADA D'ALL I JULIVERT <sup>4</sup>  TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA CAPRESE (TOMÀTIGA, FORMATGE I ORENGA) <sup>3,7</sup>  FRUITA DEL TEMPS	<b>10</b> <b>SOPA DE FIDEUÍ</b> AMB BROU DE CARN <sup>1</sup>  PEIX, SALMÓ A LA PLANXA AMB SALSAS DE CÍTRICS ACOMPANYAT DE PÈSOLS SALTETJATS AMB CEBA  FRUITA DEL TEMPS	<b>11</b> VICHYSOISSE DE PORROS  LLOM AMB SALSA D'AMETLLES I PATATES BULLIDES <sup>8</sup>  NATILLA <sup>7</sup>
<b>14</b> CIURONS AMB TONYINA, PATATA I OU BULLIT (opcional maionesa) <sup>3,4,7</sup>  SALSITXES FRESQUES MIXTES TORRADES AMB LLETUGA I PASTANAGA RATLLADA  FRUITA CÍTRICA	<b>15</b> ARRÒS MARINERA <sup>2,4</sup>  PEIX, GALLINETA A L'ESPATLLA AMB ALLETS I PATATA AL FORN <sup>4</sup>  FRUITA DEL TEMPS	<b>16</b> PURÉ DE VERDURES DE TEMPORADA  LASANYA DE CARN <sup>1,3,7</sup>  FRUITA DEL TEMPS	<b>17</b> LLENTIES CUINADES  PEIX, LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB LLETUGA, CANONGES I BLAT DE LES ÍNDIES <sup>1,3,4</sup>  FRUITA CÍTRICA	<b>18</b> SOPA DE BROU DE CARN I VERDURES  TRUITA DE PATATA AMB TOMÀTIGA TREMPADA I OLIVES <sup>3</sup>  FLAM
<b>21</b> CREMA DE CARABASSA  PILOTES A LA JARDINERA  FRUITA DEL TEMPS	<b>22</b> <b>SOPA MINISTRONE</b> <sup>1</sup>  TRUITA DE TONYINA AMB AMANIDA DE LLETUGA, TOMÀTIGA I REMOLATXA <sup>3,4</sup>  IOGURT NATURAL <sup>7</sup>	<b>23</b> MONGETES CUINADES  CROQUETES DE BACALLÀ I ESPINACS AMB LLETUGA, RÚCULA, TOMÀTIGA I SÈSAM <sup>1,3,4,11</sup>  FRUITA CÍTRICA	<b>24</b> <b>ARRÒS BRUT</b>  PITRERA D'INDIOT A LA PLANXA ACOMPANYADA DE VERDURES AMB TEMPURA <sup>1,3</sup>  FRUITA DEL TEMPS	<b>25</b> <b>ESPAGUETIS</b> AMB SALSA DE VERDURES <sup>1,7</sup>  PEIX, PALOMETA AL FORN AMB OLI D'OLIVA I PEBRE BORD ACOMPANYAT DE LLETUGA <sup>4</sup>  FRUITA DEL TEMPS
<b>28</b> ARRÒS SALTETJAT AMB BACÓ, PERNIL DOLÇ, PASTANAGA I PÈSOLS  PEIX, LLUÇ ARREBOSSAT CASOLÀ AMB LLETUGA, TOMÀTIGA, ANOUS I POMA <sup>1,3,4,8</sup>  IOGURT NATURAL <sup>7</sup>	<b>29</b> CONSOMÉ DE BROU DE VERDURES AMB POLLASTRE I OU BULLIT <sup>3</sup>  RODÓ DE VEDELLA AMB SALSA DE XAMPINYONS I PATATA AL FORN  FRUITA DEL TEMPS	<b>30</b> CIURONS ESCALDINS AMB CARN MAGRA  PEIX, HOKI A LA PLANXA AMB LLETUGA I TOMÀTIGA <sup>4</sup>  FRUITA CÍTRICA	<b>31</b> PURÉ DE PASTANAGA AMB GINGEBRE  <b>TIRES POLLASTRE AMB SALSA DE SOJA I AMETLLES ACOMPANYAT D'ARRÒS BLANC</b> <sup>6,8</sup> <b>PLAT TÍPIC XINÈS</b>  FRUITA DEL TEMPS	

(TOTS ELS NOSTRES MENÚS INCLOUEN PA MORENO I AIGUA/TOTES LES NOSTRES ENSALADES ESTÀN AMANIDES AMB OLI D'OLIVA EXTRA VERJO PREMSAT AMB FRED)

Producte Ecològic (nombre inscrit Comensals: 1115E Consell Balear de la Producció Agrària Ecològica)

Plat tradicional de les Illes Balears

Informació completa sobre el Reglament Al·lèrgens 1169/2011, 13 de Desembre de 2014

1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacauets 6 Soja 7 Llet, lactosa 8 Fruits secs amb closca 9 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12 Diòxid de sofre 13 Tramussos 14 Mol·luscs TR Traces

Recomanacions berenars, propostes de sopars per complementar els menús del migdia i menús substitutius per alèrgies alimentàries a la nostra pàgina web

DIETISTA-NUTRICIONISTA NEUS GOYENCHE Nombre Col·legiada IB0088

COMENSALS MENJADORS ESCOLARS S.L. B57483265 CAMÍ CA'N COLL Nº 8 LOCAL 4 - 07010 URB. SECAR DE LA REAL (PALMA DE MALLORCA) ILLES BALEARS. TELÈFON 971769031 FAX 971765703 [www.comensals.com](http://www.comensals.com) [info@comensals.com](mailto:info@comensals.com)

