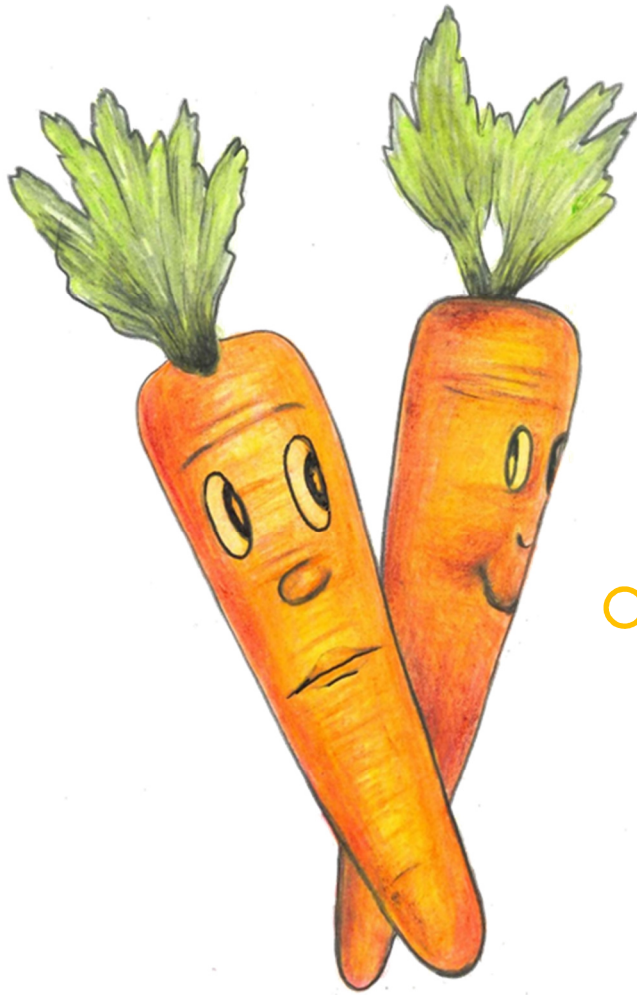


# MAIG



## PASTANAGA



El meu alt contingut en betacarotens t'ajuda a millorar la mucosa estomacal i així tenir unes bones digestions, a més a més, et milloro la salut ocular i et protegeixo dels raigs solars estimulant la teva producció de melanina ;)



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				<sup>1</sup> <b>FESTA, DIA DEL TREBALLADOR</b>
<sup>4</sup> <b>MACARRONS INTEGRALS</b> AMB PORRO, CEBA, PEBRE VERMELL I TONYINA <sup>4</sup> TRUITA DE PERNIL DOLÇ I FORMATGE <sup>3,7</sup> AMB LLETUGUES VARIADES FRUITA DEL TEMPS	<sup>5</sup> PURÉ DE CIURONS PITRERES D'INDIOT ARREBOSSADES AMB <b>LLETUGA ROMANA</b> , TOMÀTIGA I BLAT DE LES ÍNDIES <b>FRUITA DEL TEMPS</b>	<sup>6</sup> ARRÒS 5 DELÍCIES (PORRO, PERNIL DOLÇ, BACÓ, PEBRE VERMELL I PÈSOLS) PEIX, HOKI A L'ESPATLLA <sup>4</sup> AMB TOMÀTIGA TREMPADA FRUITA DEL TEMPS	<sup>7</sup> <b>CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE</b> PILOTES DE VEDELLA AMB SALSAS ESPANYOLA I CUSCÚS <sup>1</sup> <b>FRUITA DEL TEMPS</b>	<sup>8</sup> AMANIDA DE LLENTIES AMB <b>TREMPÓ</b> , BLAT DE LES ÍNDIES I OU BULLIT <sup>3</sup> PEIX, LLUÇ AL FORN <sup>4</sup> AMB SALSAS DE PEBRES VERMELLS I PATATA IOGURT NATURAL <sup>7</sup>
<sup>11</sup> PURÉ DE PÈSOLS HAMBURGUESA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB <b>LLETUGA ROMANA</b> , TOMÀTIGA, DAUS DE FORMATGE I OLIVES <sup>7</sup> FRUITA DEL TEMPS	<sup>12</sup> AMANIDA DE PASTA TROPICAL AMB PINYA, TOMÀTIGA, BLAT DE LES ÍNDIES I PALETS DE CRANC <sup>2,4,14</sup> PEIX, DORADA A LA PLANXA <sup>4</sup> SALTEJAT DE BRÒQUIL I CEBA VERMELLA FRUITA DEL TEMPS	<sup>13</sup> <b>CREMA D'ESPINACS I PERA</b> RUSTIT DE POLLASTRE AMB PATATES FREGIDES <b>FRUITA DEL TEMPS</b>	<sup>14</sup> ESCUDELLA FRESCA TRUITA DE TONYINA <sup>4</sup> AMB <b>LLETUGA ROMANA</b> , TOMÀTIGA I PASTANAGA RATLLADA IOGURT NATURAL <sup>7</sup>	<sup>15</sup> ARRÒS MILANESA LLIBRET DE LLOM <sup>1,3</sup> AMB <b>LLETUGA ROMANA</b> , TOMÀTIGA I BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA DEL TEMPS
<sup>18</sup> ARRÒS AMB SALSAS BOLONYESA PEIX, BOQUERONS ENFARINATS <sup>1,3</sup> AMB AMANIDA CAPRESSE (TOMÀTIGA, FORMATGE TENDRE <sup>7</sup> I ORENGA) <b>FRUITA DEL TEMPS</b>	<sup>19</sup> ENSALADILLA RUSSA <sup>7</sup> SALSITXES DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB <b>LLETUGA ROMANA</b> , TOMÀTIGA I BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA DEL TEMPS	<sup>20</sup> <b>ESPAGUETIS INTEGRALS</b> A LA CARBONARA AMB PORRO, PERNIL DOLÇ, BACÓ I NATA VEGETAL TRUITA D'ESPINACS <sup>3</sup> AMB <b>TREMPÓ</b> I POMA IOGURT NATURAL <sup>7</sup>	<sup>21</sup> VICHYSOISSE DE PORROS AMB CROSTONS DE PÀ <sup>1</sup> <b>TUMBET DE LLOM</b> FRUITA DEL TEMPS	<sup>22</sup> CIURONS ESCALDINS AMB CARN MAGRA PEIX, HOKI A L'ESPATLLA <sup>4</sup> AMB LLETUGA ROMANA, TOMÀTIGA, PASTANAGA RATLLADA I POMA FRUITA DEL TEMPS
<sup>25</sup> <b>FIDEUS DE PEIX (Brou de peix local) <sup>4</sup></b> TRUITA DE CARABASSÍ <sup>3</sup> AMB LLETUGA ROMANA, PASTANAGA RATLLADA I BROTS DE SOJA <sup>6</sup> IOGURT NATURAL <sup>7</sup>	<sup>26</sup> ARRÒS 4 DELÍCIES (PEBRE VERMELL, PASTANAGA, PERNIL DOLÇ I BACÓ) PITRERA D'INDIOT A LA PLANXA AMB SALSAS DE XAMPINYONS <sup>7</sup> I PATATES AL FORN FRUITA DEL TEMPS	<sup>27</sup> PURÉ DE LLENTIES VERMELLES CROQUETES D'ESPINACS I POLLASTRE <sup>3,7</sup> AMB <b>LLETUGA ROMANA</b> , TOMÀTIGA I COGOMBRE <b>FRUITA DEL TEMPS</b>	<sup>28</sup> <b>MACARRONS INTEGRALS</b> AL PESTO AMB AMETLLES <sup>8</sup> PEIX, LLUÇ AL FORN <sup>4</sup> AMB <b>TREMPÓ</b> FRUITA DEL TEMPS	<sup>29</sup> GASPATXO TIRES DE POLLASTRE AMB SALSAS CURRI <sup>7</sup> I ARRÒS BLANC FRUITA DEL TEMPS

(TOTS ELS NOSTRES MENÚS INCLOUEN **PA MORENO DE FORN DE LLENYA (PRODUCTE LOCAL)** I AIGUA/TOTES LES NOSTRES ENSALADES ESTÀN AMANIDES AMB OLI D'OLIVA EXTRA VERJO PREMSAT AMB FRED I CUINAM ALTERNANT OLI D'OLIVA I OLI DE GIRA-SOL ALTOOLEIC)

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

**Brou de peix local**

**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 Fruïts 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 al·lèrgies alimentàries a la nostra pàgina web

DIETISTA-NUTRICIONISTA NEUS GOYENCHE Nombre Col·legiada IB0088

COMENSALS MENJADORS ESCOLARS S.L. 857483265 CAMÍ CA'N COLL N° 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)