



## CEIP S'HORT DES FASSERS

Menú GENERAL mes de setembre de 2022

La cuina utilitza Oli d'oliva i Oli de Girasol Alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar en cru.

Els menús van acompanyats de pa moreno o integral i aigua.

Les fruites de temporada d'aquest mes són: nectarina, poma, pera, plàtan.

Els productes ecològics d'aquest mes són: Lenties, cigrons i mongetes.

Els productes de proximitat d'aquest mes són: Carabassa, porro, ceba blanca i pebre blanc mallorquí.

12	13	14	15	16
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES (ceba, pebres, tomàtiga, pastanaga i bledes) (1)	ARRÒS AMB SALS DE TOMÀTIGA (ceba, pastanaga, all, lloret i tomàtiga)	ENSALADA DE PASTA (pasta tricolor, blat de les índies, olives i tonyina) (1,3,4)	PURÉ DE CARABASSÍ (carabassí, porro, ceba i patata)	ENSALADA DE PATATA (patata, pastanaga, pèsols i ou bullit) (3)
CROQUETES DE POLLASTRE (1,2,3,4,6,7,12)	FOGONERO A LA PLANXA AMB PICADA (all, julivert i llimona) (2,4,14)	PITRERA DE POLLASTRE AL FORN	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	LLUÇ AL FORN AMB ANET (2,4,14)
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga, blat de les índies)	MONGETES TENDRES SALTEJADES AMB ALL	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	ENSALADA TROPICAL (lletuga, tomàtiga i pinya)	ENSALADA AMB CRÉIXENS (lletuga, créixens, tomàtiga i blat de les índies)
FRUITA DE TEMPORADA <i>Suggeriment de sopar:</i> Puré de pastanaga i truita amb xampinyons / Fruita	FRUITA DE TEMPORADA <i>Suggeriment de sopar:</i> Tabulé de cuscús amb cigrons / Fruita	IOGURT NATURAL (7) <i>Suggeriment de sopar:</i> Salmó amb arròs i bròquil / Fruita	FRUITA DE TEMPORADA <i>Suggeriment de sopar:</i> Hamburguesa amb patata, ceba i tomàtiga / Fruita	FRUITA DE TEMPORADA <i>Suggeriment de sopar:</i> Pizza casolana / Fruita
19	20	21	22	23
ARRÒS 3 DELICIES (mongetes tendres, pastanaga, pèsols i pernil cuit) (6,7,12)	<b>PROXIMITAT TRAMPÓ AMB CIGRONS ECOLÒGICS</b>	PURÉ DE PASTANAGA (pastanaga, porro, ceba i patata)	ESPAGUETIS INTEGRALS AGLIO E OLIO (1,3,7)	PURÉ DE MONGETES BLANQUES ECOLÒGIQUES
RABES DE CALAMAR A L'ANDALUSA (farina de blat) (1,2,4,14)	PITRERA DE POLLASTRE AL FORN	PILOTES CASOLANES (magre de porc i morcillo de vedella) (1)	FOGONERO AL FORN (2,4,14)	TRUITA A LA FRANCESA AMB PERNIL (3,6,7,12)
ENSALADA AMB OLIVES (mezclum, tomàtiga i olives)	PURÉ DE PATATA CASOLÀ	VERDURES (ceba, pastanaga, pèsols i tomàtiga) I PATATA	TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, pastanaga i blat de les índies)
FRUITA DE TEMPORADA <i>Suggeriment de sopar:</i> Ou bullit amb patata, pèsols i pastanaga / Fruita	FRUITA DE TEMPORADA <i>Suggeriment de sopar:</i> Molls i cuscús amb carabassí i albergínia / Fruita	IOGURT NATURAL (7) <i>Suggeriment de sopar:</i> Ensalada d'arròs amb lletia vermella / Fruita	FRUITA DE TEMPORADA <i>Suggeriment de sopar:</i> Filet d'indiot amb quínoa i xampinyons / Fruita	FRUITA DE TEMPORADA <i>Suggeriment de sopar:</i> Coca de verdures amb sardines / Fruita
26	27	28	29	30
LLENTIES ECOLÒGIQUES ESTOFADES AMB VERDURES (ceba, pebres, tomàtiga, pastanaga i bledes) (1)	ARRÒS DE PEIX (2,4,14)	MACARRONS INTEGRALS A LA PIZZAIOLA (ceba, tomàtiga, alfàbrega, orenga i julivert) (1,3)	<b>PROXIMITAT PURÉ DE CARABASSA (carabassa, porro, ceba i patata)</b>	PAELLA DE CARN I VERDURES
SALSITXES DE PORC (6,7,12)	TRUITA DE PATATA I CARABASSÍ (3)	FOGONERO AL FORN (2,4,14)	ESTOFAT D'INDIOT	LLUÇ PANAT (ou i pa ratllat) (1,2,3,4,14)
PATATA ROSTIDA	ENSALADA AMB TONYINA (mezclum, pastanaga i tonyina) (4)	ENSALADA ESTIVAL (lletuga, tomàtiga, blat de les índies i olives)	PATATA I VERDURES (ceba, pastanaga, brou i aromàtiques)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB ALFABREGA
FRUITA DE TEMPORADA <i>Suggeriment de sopar:</i> Ensalada amb crostons i lluç a la planxa / Fruita	FRUITA DE TEMPORADA <i>Suggeriment de sopar:</i> Mongetes pintes amb verdures i cuscús / Fruita	IOGURT NATURAL (7) <i>Suggeriment de sopar:</i> Arròs amb carabassí, pebre vermell i truita / Fruita	FRUITA DE TEMPORADA <i>Suggeriment de sopar:</i> Cigrons amb trampó i pa pagés / Fruita	FRUITA DE TEMPORADA <i>Suggeriment de sopar:</i> Tortilles mexicanes amb pollastre i verdures / Fruita



## BENVINGUTS AL MENJADOR

Import Mensual	90,00 €
Vals diaris	6,60 €
La quota s'abonarà de l'1 al 5 de cada mes	

SI NECESSITA INFORMACIÓ DEL AL·LÈRGENS CONTINGUTS EN EL MENÚ CONTACTI AMB LES OFICINES.