

Al·lergògens		Dietista-nutricionista: Maria Blanquer Genovart Col núm CAT000056 Producte de proximitat o local Plat tradicional de les Illes Balears Producte ecològic i local	Dimecres 7	Dijous 8	Divendres 9
1-Gluten 2-Llet, lactis 3-Ous 4-Peix 5-Marisc 6-Fruita seca 7-Api	8-Soja 9-Cacauet 10-Sèsam 11-Mostassa 12-Tramussos 13-Mol·luscs 14-Sulfits		Crema de carabassó, porro i colflori amb crostons integrals	Sopa integral de brou de verdures Mallorquines	Cuinat de ciurons amb bledes i espinacs
			Truita de formatge amb amanida de lletuga , tomàtiga i pastanaga	Mussola a la mallorquina (patates, bledes, julivert, grells i tomàtiga)	Pollastre al forn amb amanida de lletugues variades
			logurt	Fruita	Fruita
		1,2,3	1,3,4		
Dilluns 12		Dimarts 13	Dimecres 14	Dijous 15	Divendres 16
Crema de carabassa i bròquil amb crostons		Arròs de peix i marisc	Cuina de lleties amb pastanaga, bledes, espinacs i colflori	Crema de mongeta blanques amb porro, carabassa i bledes	Ensalada de lletuga, tomàtiga , blat de moro, tonyina i formatge tendre
Croquetes de pollastre amb patates al forn		Lluç arrebossat amb amanida d'enciam, tomàtiga i pastanaga	Remenat d'ou amb patata fregida	Pitera de pollastre a la planxa amb enciam, tomàtiga , pastanaga i blat de moro	Pizza casolana amb pernil dolç
Fruita		logurt	Fruita	Fruita	Fruita
1,2,3		1,2,3,4,5,13	1,3		1,2,4
Dilluns 19		Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22	Divendres 23
Burballes amb pollastre i verdures (pèsols, mongeta verda, ceba, tomàtiga)		Cuinat de ciurons amb colflori, espinacs i porro	Arròs integral tres delícies (pèsols, pastanaga, ou)	Crema de carabassó	Cuinat de lleties (pastanaga, porro, bledes col)
Truita francesa amb amanida d'enciam, tomàtiga i cogombre		Filet de lluç al forn amb patata, ceba i carabassó	Hamburguesa casolana amb amanida d'enciam, tomàtiga i ceba	Cuixes i aletes de pollastre al forn amb patates i ceba	Bunyols de bacallà amb lletugues variades
Fruita		Fruita	logurt	Fruita	Fruita
1,3		4	2,3		1,2,3,4
Dilluns 26		Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
Ensalada d'enciam, tomàtiga , olives, pastanaga i tonyina		Purè de llegums amb carabassa	Arròs roter integral amb carxofa, mongetes, pèsols i pastanaga	Crema de colflori i pastanaga	Cuinat de ciurons amb col, mongeta, patata i pastanaga, bledes
Espaguetis integrals amb salsa bolonyesa		de mussola amb amanida de lletuga, tomàtiga i pastanaga	Pitera d'indiot a la planxa amb patata al forn	Pilotes amb salsa de tomàtiga i ceba amb arròs bullit	Truita de patata i ceba amb amanida d'enciam, tomàtiga i blat de moro
Fruita		logurt	Fruita	Fruita	Fruita
1,3,4		1,2,3,4		1,3	3

Fruita de temporada: caqui, meló d'hivern, taronja, mandarina, clementina.

Verdura de temporada: grells, colflori, carabassa, bledes, espinacs, bròquil, col, moniato, espinacs, porro.

Oli d'oliva verge extra premsat en fred per amanir i cuinem alternant oli d'oliva i oli de gira-sol altooleic.

Pa integral de forn de llenya per acompanyar els plats.

Condiments com: all, julivert, lloret, pebre de tap de cortí de Mallorca

L'aigua és l'única beguda.

logurt amb menys de 12'3g de sucre /100ml.