



CEIP SES QUARTERADES

Menú GENERAL

mes de abril de 2024

Els menús van acompanyats de pa blanc i aigua. Els divendres s'ofereix pa moreno. La cuina utilitza Oli d'Oliva i Oli de Girasol Alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar en cru.

Les fruites del mes d'abril són: mandarina, poma, pera, plàtan i taronja de proximitat.

Les hortalisses del mes d'abril són: albergínia, bledes, bròquil, carxofes, carabassa, carabassó, ceba, col, colflori, cogombre, escarola, espinac, pastanaga, pebres, porro, rave i tomàtiga.

8	9	10	11	12						
ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA CASOLANA	ESPIRALS AGLIO E OLIO (1,3,7)	CREMA DE CARABASSA I MONGETES ECOLÒGIQUES	SOPA DE BROU DE CARN (1,3,9)	LLENTIES ECOLÒGIQUES ESTOFADES AMB VERDURES (1)						
LLOM PANAT CASOLÀ (1,3)	LLUÇ A LA PLANXA AMB PICADA (all, julivert i llimona) (4)	INDIOT AMB SALSA CAÇADORA (ceba i xampinyons)	TRUITA A LA FRANCESA (3)	LIMANDA A LA MILANESA (ou, pa ratllat, all i julivert) (1,3,4)						
ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, tomàtiga i pastanaga)	ENSALADA AMB OLIVES (lletuga, iceberg i tomàtiga)	ARRÒS BLANC SALTEJAT	TUMBET (patata, carabassí, pebre vermell i salsa de tomàtiga)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB ALFÀBREGA						
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL ENSUCRAT (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA						
Suggeriment de sopar: Patata i verdures bullides amb ou / Fruita	Suggeriment de sopar: Tabulé de cuscús amb cigrons / Fruita	Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb patata i verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pollastre a la planxa patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza variada / Fruita						
15	16	17	18	19						
FIDEUS BROUSOS DE CARN I VERDURES (1,3,9)	AGUIAT DE CIGRONS ECOLÒGICS AMB VERDURES	CREMA DE PASTANAGA (ceba, porro, pastanaga i patata)	MACARRONS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3)	ARRÒS DE PEIX (2,4,9,14)						
TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)	CROQUETES DE POLLASTRE (1,3,6,7,9,10,11)	HAMBURGUESA D'ELABORACIÓ PRÒPIA (magre i morcillo) (1)	SALMÓ AL FORN (4)	OU BULLIT (3)						
ENSALADA AMB CROSTONS (lletugues variades, tomàtiga i pastanaga) (1)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	PURÉ DE PATATA CASOLÀ	ENSALADA AMB CRÉIXENS (iceberg, créixens, ceba morada i tomàtiga cicerol)	PATATA, BRÒQUIL I PASTANAGA						
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL ENSUCRAT (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA						
Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Quínoa saltejada amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i lluç amb arròs bullit / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de verdures i pollastre amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Quesadilles variades / Fruita						
22	23	24	25	26						
MACARRONS INTEGRALS A LA AMATRICIANA (ceba, tomàtiga, aromàtiques, bacon i formatge) (1,3,6,7,12)	CREMA DE VERDURES ECOLÒGIQUES AMB CROSTONS(1)	LLENTIES ECOLÒGIQUES ESTOFADES AMB VERDURES (1)	"ARRÒS BRUT"	FIDEUÀ DE VERDURES DE TEMPORADA (1,3,9)						
LLOM A LA PLANXA AMB CEBÀ	GALLINETA AMB PANAT CASOLÀ (1,3,4)	PITRERA DE POLLASTRE AL FORN AMB CEBÀ	LIMANDA A L'ANDALUSA (1,4)	TRUITA A LA FRANCESA (3)						
ENSALADA AMB SÈSAM (lletuga, pastanaga i tomàtiga cicerol) (11)	PATATA I MONGETES TENDRES	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, tomàtiga i col lombarda)	ENSALADA GREGA (tomàtiga, cogombre, ceba morada, olives negres i formatge) (7)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES						
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL ENSUCRAT (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA						
Suggeriment de sopar: Hamburguesa de llegum amb patata i xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Quínoa saltejada amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Cigrons amb verdures i crostons de pa / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i pa amb oli / Fruita						
29	30									
SOPA DE BROU DE CARN (1,3,9)	AGUIAT DE CIGRONS ECOLÒGICS AMB VERDURES									
ESCALOP CASOLÀ DE POLLASTRE (1,3)	TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)									
ENSALADA AMB OLIVES (lechuga, iceberg i tomàtiga)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA									
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA									
Suggeriment de sopar: Puré de carabassa i truita de xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures saltejades / Fruita									
		<table border="1"> <tr> <td>Import Mensual</td> <td>105,74 €</td> </tr> <tr> <td>Vales diaris</td> <td>6,85 €</td> </tr> <tr> <td colspan="2">La quota s'abonarà de l'1 al 5 de cada mes</td> </tr> </table>			Import Mensual	105,74 €	Vales diaris	6,85 €	La quota s'abonarà de l'1 al 5 de cada mes	
Import Mensual	105,74 €									
Vales diaris	6,85 €									
La quota s'abonarà de l'1 al 5 de cada mes										

Al·lèrgens de declaració obligatòria

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Lletge 8: Fruita seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscs