

CEIP **Menú GENERAL** **mes de setembre 2025**

Els menús van acompanyats de pa moreno i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i de girasol alt oleic per cuinar i oli d'oliva verge extra per trempar.
 Las fruites del mes són: poma, meló, pera, plàtan. Les hortalisses del mes són: bledes, albergínia, carabassó, carabassa, ceba, coliflor, col, mongeta tendre,

El iogurt és natural. Amb sucre o sense sucre a demanda del centre. El iogurt amb sucre conté menys de 12,3g / 100ml.

		10	11	12
		Llenties estofades amb Verdures (1)	Espaguetis integrals a la Napolitana (1,3)	Crema de Porros
		Croquetas de Pollastre (1,2,3,4,6,7,9,10,11,14)	Lluç al forn (4)	Escalope casolà d'Indiot (1,3)
		Ensalada amb Olives (lletuga, tomàtiga)	Mongetes tendres al vapor	Trempó mallorquí
		Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
		Suggesteriment de sopar: Ensalada teba de patata amb ou bullit / Fruita	Suggesteriment de sopar: Ensalada d'arròs i ciurons / Fruita	Suggesteriment de sopar: Pizza casolana variada / Fruita
15	16	17	18	19
Arròs integral amb Salsa de Tomàtiga	Crema de Llenties (1)	Ciurons cuinats amb Verdures	Crema de Verdures de Temporada	Pasta d'Estiu (tomàtiga, formatge) (1,3,7)
Gallineta panada (1,3,4)	Pollastre al forn	Truita de Patata i Carabassó (3)	Llom a la planxa	Truita a la Francesa (3)
Ensalada Grega (tomàtiga, cogombre, olives negres, formatge) (1,3)	Patates Fregides	Ensalada amb Blat de les Índies (lletuga, pastanaga)	Arròs saltat amb Pebres	Ensalada amb Olives (lletuga, tomàtiga)
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt Natural (7)	Fruita de temporada	Fruita de temporada
Suggesteriment de sopar: Saltat de verdures amb ou a la planxa i pa / Fruita	Suggesteriment de sopar: Ensalada de cuscús i salmó a la planxa / Fruita	Suggesteriment de sopar: Espirals de llegum amb xampinyons / Fruita	Suggesteriment de sopar: Ensalada variada i bacallà arrebossat / Fruita	Suggesteriment de sopar: Fajitas amb pollastre i verdures saltades / Fruita
22	23	24	25	26
Arròs de Peix (2,4,14)	Trempó amb Ciurons	Crema de Verdures de Temporada	Espirals integrals amb Salsa a la Pizzaiola (1,3)	Crema de Carabassó
Limanda al forn amb picada (4)	Pitera de Pollastre al forn	Truita de Patata i Ceba (3)	Salmó a la planxa (4)	Pilotes de Carn Mixta (1,6,12)
Tomàtiga trempada amb Orenga	Ensalada amb Blat de les Índies (lletuga, pastanaga)	Ensalada amb Olives (lletuga, tomàtiga)	Mongetes tendres al vapor	Verdures (ceba, tomàtiga, pastanaga) i Arròs
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt Natural (7)	Fruita de temporada	Fruita de temporada
Suggesteriment de sopar: Crema de carabassó i ous romputs amb patata / Fruita	Suggesteriment de sopar: Arròs saltat amb verdures / Fruita	Suggesteriment de sopar: Cuscús amb verdures i soja texturitzada / Fruita	Suggesteriment de sopar: Ensalada i hamburguesa de ciurons / Fruita	Suggesteriment de sopar: Ensalada i quiche de verdures / Fruita
29	30			
Llenties estofades amb Verdures (1)	Sopa de Pollastre i Verdures (1,3)			
Truita de Patata (3)	Bacallà al forn amb Salsa de Tomàtiga (4)			
Ensalada amb Olives (lletuga, tomàtiga)	Verdures (ceba, pebres) y Patata			
Fruita de temporada	Fruita de temporada			
Suggesteriment de sopar: Cuscús saltat amb verdures / Fruita	Suggesteriment de sopar: Ensalada i truita a la francesa amb pa / Fruita	Al·lèrgens de declaració obligatòria		
1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscs				