

Menú General mes de Gener de 2019
(amb suggeriments de sopars per a complementar el menú a casa)

DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
TORTELLINI AMB Salsa de TOMÀTIGA (1,3) TRUITA DE PATATA I Ceba (3) AMANIDA DE TARDOR (lletuga, tomàtiga, ceba i nous) (8) IOGURT (7) Suggeriment de sopar: <i>Lluç al vapor amb patata i pèsols saltejats</i> <i>Fruita de temporada</i>	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES NUGGETS DE POLLASTRE ENSALADA DE TOMÀTIGA I FORMATGE FRESC (7) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Indiot a la planxa amb alls tendres i puré de patata</i> <i>Fruita de temporada</i>	PURÉ DE PASTANAGA I LLEGUM AGUIAT DE PILOTES DE CARN MIXTA Salsa de TOMÀTIGA I ARRÒS FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Sopa de pasta i ou bullit amb amanida</i> <i>Fruita de temporada</i>	SOPA DE BROU DE PEIX DE ROCA AMB FIDEVÍ (1,3,4) POLLASTRE AL FORN A LA LLIMONA AMB PATATES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Llenguado arrebossat i amanida amb crostons</i> <i>Fruita de temporada</i>	ARRÒS A LA MILANESA LENGUADO AL FORN (4) AMB MINESTRA DE VERDURES FRUITA ecològica Suggeriment de sopar: <i>Crema de carabassa i hamburguesa amb arròs</i> <i>Fruita de temporada</i>
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES SALSITXES FRESQUES DE PORC (1) AMANIDA MEDITERRÀNIA (lletugues variades, tomàtiga, ceba i tàperes) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Ou bullit amb patata, mongeta tendra i pastanaga</i> <i>Fruita de temporada</i>	FIDEUS CASOLANS (tomàtiga, mongetes, pèsols, carxofa, carn variada) (1,3) LLUÇ ARREBOSSAT (1,3,4) LLETUGA, FULL DE ROURE I NOUS (8) FRUITA ecològica Suggeriment de sopar: <i>Hamburguesa de cigrons amb patata i s tomàtiga</i> <i>Fruita de temporada</i>	CREMA DE PORROS AMB FORMATGE I CROSTONS (1,7) RAGÚ DE VEDELLA VERDURES (ceba, pastanaga, mongetes tendres) I PATATA A CANTONS FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Truita de patata i ceba amb amanida amb olives</i> <i>Fruita de temporada</i>	MACARRONS AMB Salsa A LA NAPOLITANA (1,3,7) SALMÓ AL VAPOR (4) MINESTRA DE VERDURES IOGURT (7) Suggeriment de sopar: <i>Truita de patata i ceba amb amanida amb olives</i> <i>Fruita de temporada</i>	SOPA DE BROU DE CARN AMB PINYONET (1,3) MAGRA DE PORC AMB Ceba I XAMPINYONS AMB PATATES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Amanida variada amb poma i pizza variada</i> <i>Fruita de temporada</i>
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES CORDON BLEU (1,3,7) MEZCLUM, PASTANAGA I BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA ecològica Suggeriment de sopar: <i>Sopa de pasta i truita a la francesa amb mongetes</i> <i>Fruita de temporada</i>	SOPA DE BROU DE PEIX DE ROCA AMB VERDURES (1,2,3,4,14) HAMBURGUESA DE CARNE MIXTA A LA PLANXA AMB PATATES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Rap saltejat amb porros, sofrits i amanida de tomàtiga</i> <i>Fruita de temporada</i>	ARRÒS 5 DELÍCIES (pernil dolç, pèsols, pastanaga, mongetes tendres, truita) (3,7) RODÓ D'INDIOT AL FORN BRÓCOLI I PASTANAGA IOGURT (7) Suggeriment de sopar: <i>Crema de carabassa i lluç al vapor amb amanida</i> <i>Fruita de temporada</i>	PURÉ DE VERDURES I CIURONS TRUITA DE CARABASSÍ I PATATA (3) LLETUGUES VARIADES, TOMÀTIGA I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Filet d'indiot a la planxa amb ceba, pèsols i arròs</i> <i>Fruita de temporada</i>	FIDEUÀ DE VERDURES I CARN (1,3) LLAMPUGA AL FORN (4) AMB Salsa de TOMÀTIGA I PATATES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>"Fajitas" de ceba, porros, pastanaga i formatge</i> <i>Fruita de temporada</i>
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	
CREMA DE CARABASSA AMB FORMATGE I CROSTONS (1,7) BACALLÀ ARREBOSSAT (1,3,4) PATATA AL FORN AMB Ceba FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Truita de patata i ceba amb amanida amb nous</i> <i>Fruita de temporada</i>	SOPA DE BROU DE POLLASTRE AMB FIDEVÍ integral (1,3) PITERA DE POLLASTRE AL FORN VERDURES (cebolla y tomate) I PATATES FREGIDES FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Crema de verdures i cigrons amb tomàtiga</i> <i>Fruita de temporada</i>	TALLARINS AMB BACO I Salsa de TOMÀTIGA MEDALLONS DE LLUÇ AL FORN (4) ENSALADA DE LECHUGAS VARIADAS NATILLES (7) Suggeriment de sopar: <i>Couscous saltejat amb pisto de verdures i pollastre</i> <i>Fruita de temporada</i>	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES TRUITA FRANCESA AMB ENSALADA DE LLETUGUES VARIADES, I FORMATGE FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: <i>Couscous saltejat amb pisto de verdures i pollastre</i> <i>Fruita de temporada</i>	

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Cereals amb gluten i derivats 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacahuets 6: Soia 7: Llet 8: Fruits Secs amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sàsam 12: Diòx. de sofre i sulfits 13: Altramussos 14: Mol·luscos i derivats

Els menús van acompanyats d'aigua i pa del Forn de Binissalem. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i trempar els plats.