Xarxa d'Escoletes Públiques de les Illes Balears

Ajuntament de Calvià Mallorca

IMEB

Menú GENERAL a partir de 12 meses — abril de 2025

BERENAR al DEMATÍ				
		FRUITA TALLADA		
BERENAR a l'HORABAIXA				
FRUITA	FRUITA	PA integral AMB TOMÀTIGA I FORMATGE (1,3,6,7,8,11,13)	FRUITA	PA integral AMB TOMÀTIGA I FORMATGE (1,3,6,7,8,11,13)
	1	**2**	**3**	**4**
	CREMA DE CARABASSÍ TRUITA DE PATATA BULLIDA I DAUS DE TOMÀTIGA TREMPADA (3) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Cuscús amb pastanaga i hamburguesa csolana / Fruita	ENSALADA DE LLETUGA I PEBRE VERMELL ARRÒS AMB SALSA D'ESPINACS I SALMÓ (ceba, espinacs, tomàtiga triturada, aromàtiques) (4) IOGURT NATURAL (7) Suggeriment de sopar: Sopa amb verdures trossejades i ou bullit / Fruita	CREMA DE PÈSOLS POLLASTRE AMB XAMPINYONS SALTATS (ceba, xampinyons) I PATATA ROSTIDA FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb carabassí i pastanaga / Fruita	SOPA DE BROU DE PEIX (1,2,3,4,9,12,14) (pasta integral) "BULLIT DE PEIX" (Llom de lluç, pastanaga, mongeta tendre) (4,14) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ensalada variada i croquetes de pollastre / Fruita
7	**8**	**9**	**10**	**11**
ESPIRALS INTEGRALS AMB PISTO DE VERDURES I LLENTIES (all, llorer, ceba, pebre vermell, carabassí, tomàtiga) (1,3) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Hamburguesa casolana amb xampinyons i pa / Fruita	PASTANAGA AL DENTE ARRÒS SALTAT AMB VERDURES I TRUITA A LA FRANCESA (porro, pebre vermell, pèsols, pastanaga) (3) IOGURT NATURAL (7) Suggeriment de sopar: Lluç al forn amb ceba, tomàtiga i patata / Fruita	ENSALADA DE TOMÀTIGA TREMPADA CUINAT DE CIURONS AMB PATATA I VERDURES (all, llorer, ceba, tomàtiga, pebres, pastanaga, carabassa, bledes o espinacs) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Quinoa amb tomàtiga i truita a la francesa / Fruita	CREMA DE PASTANAGA CUIXETA DE POLLASTRE ROSTIDA AMB CEBA, POMA I PATATA (llimona, aromàtiques) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ensalada i cuinat de ciurons amb verdures / Fruita	ENSALADA DE LLETUGA I BLAT DE LES ÍNDIES CASSOLA DE BACALLÀ AMB PATATA I VERDURES (all, llorer, ceba, porros, pebres, tomàtiga, pèsols, pastanaga, brou) (2,4,14) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Patata rostida i indiot amb porros i pastanaga / Fruita
14	**15**	**16**	**17**	**18**
MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE TONYINA (all, llorer, ceba, pebres, tomàtiga triturada, tonyina en conserva) (1,3,4) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Cuscús saltat amb pebres i soia texturitzada / Fruita	ENSALADA DE LLETUGA I TOMÀTIGA LLENTIES MELOSES AMB ARRÒS INTEGRAL I VERDURES (all, llorer, ceba, tomàtiga, pebres, pastanaga, carabassí, mongeta tendre) (1) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Lluç amb salsa de verdures, tomàtiga i patata / Fruita	CREMA DE VERDURES TRUITA DE PATATA BULLIDA I DAUS DE CARABASSÍ SALTAT (3) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Sopa de pasta amb verdures i pollastre esmicolat / Fruita	Festiu	Festiu
21	**22**	**23**	**24**	**25**
Festiu	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA I TRUITA (all, llorer, ceba, pebres, pastanaga, tomàtiga triturada, aromàtiques) (3) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ensalada i cuinat de ciurons amb verdures / Fruita	CREMA DE LLENTIES (1) POLLASTRE SALTAT AMB VERDURES (all, ceba tendra, llorer, pebres, tomàtiga, pastanaga, carabassí) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ensalada i salmó amb salsa d'anet i arròs / Fruita	PASTANAGA AL DENTE MACARRONS INTEGRALS AMB BOLONYESA DE LLENTIES (all, llorer, ceba, pebres, pastanaga, tomàtiga triturada) (1,3) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ou bullit amb ensalada de patata i verdures / Fruita	ENSALADA DE LLETUGA I BLAT DE LES ÍNDIES BACALLÀ AL FORN AMB BRÒQUIL, PASTANAGA I PATATA PANADERA (all, ceba, pebres, tomàtiga) (4) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Pastís de verdures amb salsa i pa / Fruita
28	**29**	**30**	**Al·lèrgens de declaració obligatòria**	
CUINAT DE LLENTIES AMB ARRÒS INTEGRAL I VERDURES (all, llorer, ceba, tomàtiga, pebres, pastanaga, carabassí, mongeta tendre) (1) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Bacallà amb tomàtiga, carabassí i patata / Fruita	PASTANAGA AL DENTE GREIXERA D'OUS AMB PATATA I VERDURES (all, llorer, ceba, pebres, tomàtiga, pèsols, mongeta tendre, ou bullit) (3) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb xampinyons saltats / Fruita	ENSALADA DE LLETUGA I TOMÀTIGA ARRÒS AMB SALMÓ I VERDURES (ceba, carabassí, tomàtiga triturada, aromàtiques) (4) IOGURT NATURAL (7) Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i carn picada amb aromàtiques /	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	

Julià Bujosa Sans, batle, 107184 Calvià Illes Balears

María Colomer Valiente. Dietista-nutricionista Col IB00005