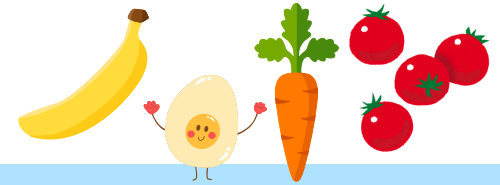




ESCOLA JUNY 2026

Nutricionista Neus Goyeneche Tarrida (B0088)



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
ARRÒS INTEGRAL 1 TRES DELICIES (indiot, pastanaga i pèsols) TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: canònges, tomàtiga i pipes (8) FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PASTA 2 (1,3,6,10): tomàtiga, olives i blat de les índies LLUÇ ARREBOSSAT AMB FARINA DE CIGRÓ(4) AMB MONGETA VERDA SALTEJADA AMB CEBA. FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA: Capresse 3 (tomàtiga, formatge i orenga) (7) CUINAT DE LLENTIES AMB ARRÒS (1) IOGURT SENSE SUCRE AFEGIT (7)	VICHYSSEOISE 4 POLLASTRE AMB SALS DE XAMPINYONS (ceba, pebre vermell, pastanagó, nata i xampinyos (7) I PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS TREMPATS: 5 patata, tonyina, ou bullit, olives negres i tomàtiga (3,4) LLUÇ A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) PASTANAGA BULLIDA FRUITA DEL TEMPS
PURÉ DE CARABASSA (1) 8 HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12) AMB PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	ESCUDELLA FRESCA 9 TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ (3) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i olives FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA TROPICAL: 10 lletuga, pinya, alvocat, pastanaga FIDEUÀ DE CARN I VERDURES (1,3,6,10) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS A LA MARINERA II 11 (2,4,9,14) LLUÇ AL FORN AMB ALLETS I PEBRE BORD (4) AMANIDA: lletuga, pastanaga i poma ratllada IOGURT SENSE SUCRE AFEGIT (7)	SOPA INTEGRAL (1,3,6,10) 12 CIGRONS AL CURRI (Ceba, porro, pebre, pastanagó, poma, curri i llet de coco) AMB BRÒQUIL AL VAPOR FRUITA DEL TEMPS
ESPAGUETIS INTEGRALS 15 A LA NAPOLITANA (1,3,6,7,8,10) SALMÓ AL FORN AMB LLIMONA (4) AMANIDA: lletuga, pastanaga ratllada i blat de les índies FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARABASSA I POMA 16 LLOM AL FORN AMB TUMBET: alberginia, pebre vermell, carbassó, patata i salsa de tomàtiga FRUITA DEL TEMPS	PAELLA MIXTA DE CARN I SÈPIA (2,4,9,14) 17 TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: Tomàtiga i remolatxa FRUITA DEL TEMPS	TREMPÓ DE CIGRONS AMB TONYINA (4) 18 POLLASTRE AL FORN AMB POMA I PRUNES I PATATA ROSTIDA FRUITA DEL TEMPS	MENÚ ESPECIAL FINAL DE CURS (1,2,3,4,6,7,12,14) 19 GELAT DE GEL (1) 
22	23	24	25	26
BONES				
29	30	VACANCES		
				

Comensals

— MENJADORS ESCOLARS —

Productes de temporada JUNY SEGONS APAEMA : época de collita: albercoc, bleda, carbassó, cirera, cogombre, enciam, figa, fraula, llimona, melicotó, mongeta verda, nectarina, pebre, pera, pruna, taronja i tomàtiga. conservació natural: tomàtiga

INFORMACIÓ SOBRE ELS NOSTRES MENÚS

- Acompanyem els àpats amb aigua embotellada i pa moreno de forn de llenya. Aquest pa es donarà integral com a mínim 2 pics a la setmana.
- Utilitzem oli d'oliva extra verjo premsat amb fred per amanir i oli d'oliva verge o oli de girasol alt en oleic per cuinar o fregir.
- Els nostres iogurts contenen menys de 12,3g de sucre per cada 100 ml.
- En cas d'utilitzar sal, aquesta sempre serà iodada. Per tal de reduir el consum de sal, utilitzem espècies de comerç just.
- No utilitzem brous concentrats ni potenciadors de sabors, però en cas que per alguna excepció els utilitzéssim, aquests serien amb un 25% reduïts en sal.
- En cas que s'ofereixi un producte precuinat, aquest es limitarà a 1 al mes.
- No oferim fruits secs sencers en els menors de 6 anys pel seu risc d'asfíxia.
- En ocasions oferim arròs i pasta integral per millorar el seu valor nutricional.
- En ocasions combinem llegum i cereal per aportar una proteïna d'alt valor biològic d'origen vegetal.
- El nostre lluç té certificat MSC (pesca sostenible).
- El 5% de les carns i ous que empleem tenen certificat WELFAIR (benestar animal)
- Adaptem els menús: En cas d'al·lèrgia o intolerància alimentària sempre que s'entregui certificat mèdic que ho acrediti i per motius ètics o religiosos. (Dispossem de CERTIFICAT HALAL.)
- Destacam amb color: 10% dels nostres productes són locals, de proximitat i km0 (pa moreno, fuita i verdures), Plats tradicionals de les Illes Balears, 10% productes ecològics (una vegada al mes, panet integral), 70% pastes i arrossos integrals
- Per l'elaboració dels nostres menús treballem amb els següents documents vigents: "DOCUMENTO DE CONSENSO SOBRE LA ALIMENTACIÓN EN CENTROS EDUCATIVOS", el Decret (BOIB) 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània en els centres educatius i sanitaris de les Illes Balears i el nou reial decret (BOE) 315/2025, de 15 d'abril, pel qual s'estableixen normes de desplegament de la Llei 17/2011, de 5 de juliol, de seguretat alimentària i nutrició, per al foment d'una alimentació saludable i sostenible en centres educatius.

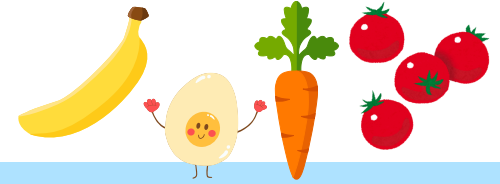
Reglament al·lèrgens 1169/2011, 13 de desembre de 2014: 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet, lactosa 8 Fruits secs amb closca 9 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12 Diòxid de sofre 13 Tramussos 14 Mol·luscs TR Traces



PROPOSTES DE SOPAR

JUNY 2026

Nutricionista Neus Goyeneche Tarrida IB0088



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Salmó amb amanida d'alcovocat i tomàtiga i puré de patata + fruita	2 Amanida de cogombre i tomàtiga + Truita de patata i ceba + fruita	3 Pollastre a la planxa amb pisto i pa moreno + fruita	4 Croquetes casolanes amb amanida de quinoa + fruita	5 Remenat d'ou amb patata i bròquil + fruita
8 Peix al forn amb pastanaga, patata i carbassó + fruita	9 Gaspaxo + costelles de porc amb panotxa de blat + fruita	10 Crema de verdures + truita francesa amb amanida + fruita	11 Amanida + pa amb oli de formatge + fruita	12 Peix a la planxa amb pèsols i pastanaga + fruita
15 Indiots a la planxa amb patata i mongeta verda + fruita	16 Peix a la planxa amb humus i crudités + fruita	17 Salsitxes amb patata i bròquil bullit + fruita	18 Crep de pernil i formatge + amanida + fruita	19 Pasta integral saltejada amb verdures i gambes + fruita
22	23	24	25	26
29	30			
BONES VACANCES				