

OCTUBRE 2016

Martina Amador Alonso
Segon EP-A



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 ARRÒS BRUT. LLUÇ A LA PLANXA AMB MENESTRA (4). FRUITA DEL TEMPS	4 SOPA DE PEIX (1,4). COSTELLETES DE PORC AMB TUMBET. FRUITA DEL TEMPS	5 CUINAT DE LLENTIES. TRUITA DE PATATA AMB BRÒQUIL GRATINAT (3,7). FRUITA DEL TEMPS	6 ESPAGUETIS BOLONYESA (1). LLOM DE SALMÓ AMB VERDURES (4). IOGURT (7)	7 PURÉ DE VERDURES. ESCALOPINS DE VEDELLA AMB PATATA AL VAPOR (1,3). FRUITA DEL TEMPS
10 CUINAT DE MONGETES PINTADES. SALSITXES DE POLLASTRE AMB COLIFLOR I SALSINA DE TOMÀTIGA. FRUITA DEL TEMPS	11 FIDEUS BRUTS (1). DORADA A LA PLANXA AMB MONGETES (4). FRUITA DEL TEMPS.	12 Dia de la Hispanitat 	13 CREMA DE CARABASSA. LLOM AMB SALSINA DE VERDURES I XAMPINYONS. FRUITA DEL TEMPS	14 ESPAGUETIS NEGRES A LA MARINERA (1,2,14). REMENAT D'OU I BACON (3). IOGURT (7)
17 SOPA DE PEIX (4). PITRERA D'INDIOT AMB AMANIDA. FRUITA DEL TEMPS	18 PURÉ DE VERDURES. HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB PATATES AL VAPOR. FRUITA DEL TEMPS	19 CUINAT DE CIURONS ESCALDINS AMB TOMÀTIGA, Ceba I CARN MAGRA. TRUITA (3) DE VERDURES AMB TREMPÓ. FRUITA DEL TEMPS	20 ARRÒS MILANESA. PEIX A LA PLANXA AMB MONGETES (4). IOGURT (7)	21 ROTLETS DE PERNIL DOLÇ AMB AMANIDA RUSA (3,4). NUGGETS DE POLLASTRE AMB AMANIDA (1,3). FRUITA DEL TEMPS
24 CUINAT DE LLENTIES. FILET DE DORADA A LA MALLORQUINA (4). IOGURT (7)	25 SOPA DE FIDEUS (1,9). BOLLIT. FRUITA DEL TEMPS	26 ARRÒS DE PEIX (4). TRUITA DE FORMATGE I PERNIL DOLÇ AMB XAMPINYONS (3). FRUITA DEL TEMPS	27 PURÉ DE CARABASSÓ. AGUIAT DE VEDELLA AMB PATATES I PASTANAGA. FRUITA DEL TEMPS	28 AMANIDA DE PERNIL DOLÇ I FORMATGE (7). LASANYA DE VERDURES (1,7). FRUITA DEL TEMPS
31 SOPA MARAVELLA (1,9). BOLLIT. IOGURT (7)				

(TOTS ELS NOSTRES MENÚS INCLOUEN PA MORENO I AIGUA/TOTES LES NOSTRES ENSALADES ESTÀN AMANIDES AMB OLI D'OLIVA EXTRA VERJO PREMSAT AMB FRED)

Producte Ecològic (nombre inscrit Comensals: 1115E Consell Balear de la Producció Agrària Ecològica)

Plat tradicional de les Illes Balears

Informació completa sobre el Reglament Al·lèrgens 1169/2011, 13 de Desembre de 2014, el podeu trobar a la introducció d'aquest calendari de menús

Recomanacions berenars, propostes de sopars per complementar els menús del migdia i menús substitutius per al·lèrgies alimentàries a la nostra pàgina web

NUTRICIONISTA YVONNE BAUZÀ DE KEIZER COL·LEGIADA IB0064

COMENSALS MENJADORS ESCOLARS S.L. B57483265 CAMÍ CA'N COLL N° 8 LOCAL 4 - 07010 URB. SECAR DE LA REAL (PALMA DE MALLORCA) ILLES BALEARS. TELÈFON 971769031

FAX 971765703 www.comensals.com info@comensals.com

