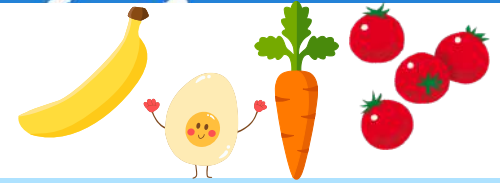




COLE

ABRIL 2026

Nutricionista Neus Goyeneche Tarrida 980088



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		PASTA NAPOLITANA 1 (1,3,6,10) MERLUZA A LA ESPALDA (4,11,10,9) ENSALADA: lechuga, zanahoria y aceitunas CREPELLS (1,3,6,7)	 2	 3
 6	 7	 8	 9	 10
TALLARINES INTEGRALES 13 A LA CARBONARA (1,3,6,7,10) MERLUZA REBOZADA (1,3,4,2,14,7,6,10) ENSAÑADA: lechuga, pepino y maíz FRUTA	VICHYSOISE 14 ALBÓNDIGAS CON SALSAS DE TOMATE Y CUSCÚS (1) FRUTA	ARROZ DE PESCADO (4,9) 15 TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN (3) ENSALADA: lechuga, tomate y queso (7) FRUTA	ENSALADA "PAGESA" 16 CON ATÚN (4) POLLO AL HORNO CON JUDÍA VERDE SALTEADA FRUTA	POTAJE DE LENTEJAS(1) 17 LEGUADO AL HORNO CON AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA: lechuga, zanahoria y brotes de soja YOGUR (7)
ARROZ CON SALSAS DE 20 TOMATE TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA: lechuga, col lombarda y pipas (8) FRUTA	ENSALADA DE PASTA 21 (1,3,6,10): tomate, aceitunas, maíz y dados de pavo. POLLO A LA PLANCHA CON PISTO FRUTA	POTAJE DE JUDÍA BLANCA 22 SALMÓN AL HORNO (4) ENSALADA: Capresse (7) YOGUR (7)	CREMA DE CALABAZA 23 Y MANZANA LOMO CON SALSAS DE CHAMPIÑONES Y PATATA AL HORNO FRUTA	GARBANZOS ALIÑADOS 24 patata (local), atún, huevo hervido, aceitunas negras y tomate (3,4) MERLUZA A LA PLANCHA CON LIMÓN (4) Y BRÓCOLI AL VAPOR FRUTA
ESPAGUETIS SALTEADOS 27 CON PAVO, AJO, ACEITE Y ORÉGANO (1,3,6,10) MERLUZA AL HORNO(4) ENSALADA: lechuga, tomate y maíz FRUTA	PAELLA MIXTA DE POLLO 28 Y SÉPIA (4,9,14) TORTILLA FRANCESA (3) ENSALADA: hojas de roble, canónigos, FRUTA	SOPA DE FIDEOS CON 29 GARBANZOS (1,3,6,10) SALCHICHAS MIXTAS ENSALADA: tomate, lechuga y aguacate FRUTA	PURÉ DE LENTEJA ROJA 30 CON CALABAZA (1) MERLUZA AL HORNO CON AJETES Y PIMENTÓN (4) PATATA AL HORNO YOGUR (7)	

Comensals

— MENJADORS ESCOLARS —

desde 1990

Productes de temporada ABRIL SEGONS APAEMA : all tendre, bleda, carxofa, cirera, col, coliflor, bròquil, enciam, espinacs, fraula, grells, llimona, nispro, pastanaga, pèsols i taronja.

Menús de Comensals:

Pa moreno integral de forn de llenya - Aigua embotellada - Oli d'oliva extra verjo premsat amb fred - logurts amb menys de 12,3g de sucre per cada 100 ml - Llegum+cereal=proteïna completa, 100% vegetal - Llegums en estat sec - Sal iodada i espècies de comerç just - Lluç amb certificat MSC (pesca sostenible) - 5% carns i ous amb certificat WELFAIR (benestar animal)

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

Recordam:

En cas d'ALÈRGIA O INTOLERÀNCIA s'adaptarà el menú sempre i quan s'entregui CERTIFICAT MÈDIC.

En cas de DIETA BLANA O ASTRINGENT es donarà: SOPA D'ARRÒS O PURÉ DE PASTANAGA + CARN O PEIX BULLIT O FORN acompanyat de PATATA O ARRÒS BULLIT.

En cas de DIETA NO PORC es donarà POLLASTRE, INDIOT, VEDELLA, PEIX O OU. Disposem de CERTIFICAT HALAL.

Reglament al·lèrgens 1169/2011, 13 de desembre de 2014

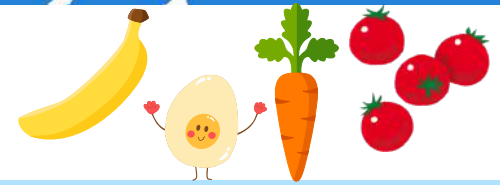
1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet, lactosa 8 Fruits secs amb closca 9 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12 Diòxid de sofre 13 Tramussos 14 Mol·luscs TR Traces



PROPUESTAS DE CENA

ABRIL 2026

Nutricionista Neus Goyeneche Tarrida IB0088



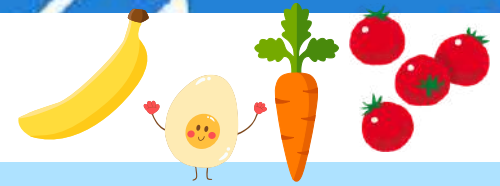
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 Crema de verduras + pavo a la plancha con brócoli + fruta	2 	3 
6 	7 	8 	9 	10 
13 Huevos fritos con coliflor y patata + fruta	14 Pescado al horno con zanahoria y guisantes + fruta	15 Pavo a la plancha con patata y brócoli + fruta	16 Hummus + tortilla de patata con champiñones + fruta	17 Salchichas con arroz y tomate + fruta
20 Dorada a la plancha con moniato y calabacín	21 Puré de verduras con patata + huevo duro hervido + fruta	22 Fajitas de pollo con verdura + fruta	23 Boquerones con tempura + cuscús con verduras + fruta	24 Sopa + tortilla francesa con ensalada + fruta
27 Pollo a la plancha con champiñones y patata + fruta	28 Judía verde con patata + rape a la plancha + fruta	29 Tortilla de patata con guisantes + fruta	30 Ensalada + pa amb oli de queso + fruta	




ESCOLA

ABRIL 2026

Nutricionista Neus Goyeneche Tarrida (B0088)



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		PASTA NAPOLITANA 1 (1,3,6,10) LLUÇ A L'ESPATLLA (4,11,10,9) AMANIDA: lletuga, pastanaga i olives CREPELLS (1,3,6,7)	 2	 3
 6	 7	 8	 9	 10
TALLARINS INTEGRALS 13 A LA CARBONARA (1,3,6,7,10) LLUÇ ARREBOSSAT (1,3,4,2,14,7,6,10) AMANIDA: lletuga, cogombre i blat FRUITA	VICHYSOISE 14 PILOTES AMB SALSA DE TOMÀTIGA I CUSCÚS (1) FRUITA	ARRÒS DE PEIX (4,9) 15 TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ (3) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i formatge (7) FRUITA	AMANIDA PAGESA 16 AMB TONYINA (4) POLLASTRE ROSTIT AMB MONGETA VERDA SALTEJADA FRUITA	CUINAT DE LLENTIES (1) 17 LLEGUADO AL FORN AMB ALL I JULIVERT (4) AMANIDA: lletuga, pastanaga i brots de soja IOGURT (7)
ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA 20 TRUITA DE PATATA (3) AMANIDA: lletuga, col lombarda i pipes (8) FRUITA	AMANIDA DE PASTA 21 (1,3,6,10): tomàtiga, olives, blat de les indies i d'aus d'indiots POLLASTRE A LA PLANXA AMB PISTO FRUITA	CUINAT DE MONGETA BLANCA 22 SALMÓ AL FORN (4) AMANIDA: Capresse (7) IOGURT (7)	CREMA DE CARABASSA I POMA 23 LLOM AMB SALSA DE XAMPINYONS I PATATA ROSTIDA FRUITA	CIGRONS TREMPATS 24 patata (local), tonyina, ou bullit, olives negres i tomàtiga(3,4) LLUÇ A LA PLANXA AMB LLIMONA (4) I BRÒQUIL AL VAPOR FRUITA
ESPAGUETIS SALTEJATS 27 AMB INDIOT, ALL, OLI I ORENGA (1,3,6,10) LLUÇ AL FORN (4) AMANIDA: lletuga, tomàtiga i blat de les indies FRUITA	PAELLA MIXTA DE POLLASTRE I SÈPIA (4,9,14) 28 TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA: Fulles de roure, canonges, tomàtiga i olives FRUITA	SOPA DE FIDEUS AMB CIGRONS (1,3,6,10) 29 SALSITXES MIXTES AMANIDA: tomàtiga, lletuga i alvocat FRUITA	PURÉ DE LLENTIA VERMELLA AMB CARABASSA (1) 30 LLUÇ AL FORN AMB ALLET'S I PEBRE BORD (4) PATATA AL FORN IOGURT (7)	

Comensals

— MENJADORS ESCOLARS —

Productes de temporada ABRIL SEGONS APAEMA : all tendre, bleda, carxofa, cirera, col, coliflor, bròquil, enciam, espinacs, fraula, grells, llimona, nispro, pastanaga, pèsols i taronja.

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.

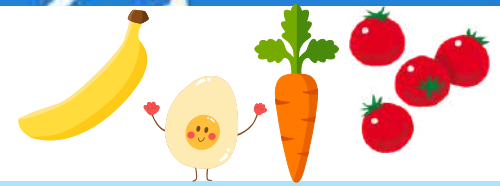
Reglament al·lèrgens 1169/2011, 13 de desembre de 2014: 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet, lactosa 8 Fruits secs amb closca 9 Àpid 10 Mostassa 11 Sèsam 12 Diòxid de sofre 13 Tramussos 14 Mol·luscs TR Traces



PROPOSTES DE SOPAR

ABRIL 2026

Nutricionista Neus Goyeneche Tarrida IB0088



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Crema de verdures + indiots a la planxa amb bròquil + fruita	2 	3 
6 	7 	8 	9 	10 
13 Ous ferrats amb coliflor i patata + fruita	14 Peix al forn amb pastanaga i pèsols + fruita	15 Indiots a la planxa amb patata i bròquil + fruita	16 Humus + truita de patata amb xampinyons + fruita	17 Salsitxes amb arròs i tomàtiga + fruita
20 Daurada a la planxa amb moniato i carbassó + fruita	21 Puré de verdures amb patata + ou dur bullit + fruita	22 "fajitas" de pollastre amb verdura + fruita	23 Boquerons amb tempura + cuscús amb verdures + fruita	24 Sopa + truita francesa amb amanida + fruita
27 Pollastre a la planxa amb xampinyons i patata + fruita	28 Mongeta verda amb patata + rap a la planxa + fruita	29 Truita de patata amb pèsols + fruita	30 Amanida + pa amb oli de formatge + fruita	