



# MENÚ GENERAL

## Mes de juny de 2016



María Colomer Valiente  
Dietista-Nutricionista  
Col. IB00005

### CEIP GASPAR SABATER

		DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
		SOPA DE PEIX TRUITA DE CARABASSÍ LLETUGA, TOMÀTIGA, PASTANAGA RATLLADA I OLIVES IOGURT <i>suggeriment de sopar:</i> Pollastre campero saltejat amb ceba i pebre vermell i verd Fruita de temporada	GASPATXO ANDALÚS LLOM PANAT AMB FORMATGE RALLAT AMB TOMÀTIGA TREMPADA, BLAT I OLIVES FRUITA <i>suggeriment de sopar:</i> Lluç al vapor amb ensalada d'arròs Fruita de temporada	ENTREMESOS VARIATS PERCA A LA PLANXA ESTIL MENIER PATATA BULLIDA FRUITA <i>suggeriment de sopar:</i> Ensalada variada i pizza casolana Fruita de temporada
DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
ARRÒS A LA CUBANA AMB SALSA DE TOMÀTIGA I OU BULLIT LLENGUADO ADOBAT LLETUGA, PASTANAGA I OLIVES FRUITA <i>suggeriment de sopar:</i> Pollastre campero bullit amb patata, mongetes i pastanaga Fruita de temporada	ENSALADA PRIMAVERA LLOM AL FORN AMB VERDURES PATATES FREGIDES FRUITA <i>suggeriment de sopar:</i> Truita de patates amb ensalada variada amb nous i advocat Fruita de temporada	PURÉ DE VERDURES PILOTES CASOLANES AMB VERDURES IOGURT <i>suggeriment de sopar:</i> Ensaladilla rusa i rap al vapor Fruita de temporada	AGUIAT DE MONGETES SALMÓ A LA PLANXA CARABASSÍ ARREBOSSAT FRUITA <i>suggeriment de sopar:</i> Tabulé de couscous (ensalada de couscous) amb indiots planxa Fruita de temporada	SOPA DE PICADILLO TRUITA PAISANA TRAMPÓ MALLORQUÍ FRUITA <i>suggeriment de sopar:</i> Crema de porros freda i quiche d'espínacs i formatge Fruita de temporada
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
PURÉ DE CARABASSA AMB COSTRONS DE PA TORRAT LLUÇ AMB SALSA VERDA PATATA I PÈSOLS SALTEJATS FRUITA <i>suggeriment de sopar:</i> Gaspatxo i hamburguesa amb arròs saltejat amb allets Fruita de temporada	ARRÒS PILAF AMB TOMÀTIGA TRUITA DE PERNIL LLETUGA, TOMÀTIGA I BLAT FRUITA <i>suggeriment de sopar:</i> Rap saltejat amb eneldo i carabassí i albergínia amb salsa de tomàtiga Fruita de temporada	LLENTIES ESTOFADES FILET CAPOLAT A LA PLANXA AMB VERDURES IOGURT <i>suggeriment de sopar:</i> Ensalada de tomàtiga i ous romputs amb patata Fruita de temporada	ESPAGUETIS SALTEJATS AMB BACON, ALL I OLI D'OLIVA CROQUETES DE BACALLÀ LLETUGA, PASTANAGA I OLIVES FRUITA <i>suggeriment de sopar:</i> Pollastre campero a la planxa amb pisto de verdures Fruita de temporada	SOPA DE BULLIT BULLIT AMB CIGRONS FRUITA <i>suggeriment de sopar:</i> Ensalada variada i quesadilles Fruita de temporada
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22		
PURÉ DE CARABASSA PIZZA DE PERNIL LLETUGA, PASTANAGA I BLAT FRUITA <i>suggeriment de sopar:</i> Ous bullits amb patata, mongetes i pastanaga Fruita de temporada	ENSALADA DE PASTA "CONCHITAS" AMB PERNIL, FORMATGE, BLAT, TOMÀTIGA I OLIVES PERCA A LA PLANXA TOMÀTIGA TREMPADA AL TOC D'ALFABAGUERA FRUITA <i>suggeriment de sopar:</i> Pollastre campero saltejat amb ceba, porros, carabassí i pastanaga Fruita de temporada	SOPA DE VERDURES COLADES AMB PASTA ESCALOP D'INDIOT PATATILLA, LLEPOLIES, ETC... PETIT SUISSÉ <i>suggeriment de sopar:</i> Ensalada amb olives i truita de patates Fruita de temporada		

Tots els menús van acompanyats de pa i aigua.

Si necessita informació dels al·lèrgens del menú contacti amb comedorescolares@jtmsl.es

**IMPORT MENSUAL MENJADOR 100,96 €**

**VALS DIARIS 6,80 €**

La quota s'abonará del dia 1 al 5 de cada mes.