



FECIB
Col·legi
Sant Vicenç de Paül
Manacor

Menjador		Menú ABRIL 24			
		Primer plato	Segundo plato	Postres	Cena alternativa
LU	1	ARRÓS BRUT <small>Soja, apio</small>	MAGRO DE CERDO CON TOMATE Y VERDURAS <small>Huevos</small>	MOUSSE DE CHOCOLATE <small>Huevos y lácteos</small>	Tortilla de patata con judías verdes hervidas
MA	2	CREMA DE VERDURAS <small>Soja, apio</small>	TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA <small>Huevos</small>	FRUTA	Salmón con calabacín y arroz hervido
MIE	3	POTAJE DE GARBANZOS	BACALAO REBOZADO CON ENSALADA <small>Pescado, huevo y gluten</small>	FRUTA	Revuelto de huevo, guisantes y cebolleta con pan
JUE	4	SOPA DE CALDO <small>Soja, apio, gluten</small>	CARNE ASADA SALSA CHAMPIS Y VERDURAS HORNO <small>Lácteos, sulfitos</small>	FRUTA	Wraps de pimientos, tias de pollo y cebolla
VIE	5	PASTA POMODORO <small>Gluten</small>	PESCADO AL PAPILOTE <small>Pescado</small>	YOGURT <small>Lácteos</small>	Ensalada con queso, nueces, tomate, zanahoria y maíz
LU	8	BURBALLES <small>Gluten</small>	POLLO ABUÑOLADO CON ENSALADA <small>Gluten y huevos</small>	FRUTA	Wok de setas, calabacín y pollo con puré de patata
MA	9	LENTEJAS	PATATAS JUDIAS Y HUEVOS COCIDOS <small>Huevo y lácteos</small>	FRUTA	Falafel casero con salsa de yogur y ensalada
MIE	10	ENSALADILLA CON ATUN <small>Pescado, huevos</small>	HAMBURGUESA CON PATATAS <small>Lácteos, gluten</small>	COCA <small>Lácteos, frutos con</small>	Pescado a la plancha con salteado de verduras
JU	11	CREMA DE CALABAZA <small>Soja, apio</small>	TORTILLA FRANCESA CON VERDURAS EN TEMPURA <small>Huevo gluten</small>	FRUTA	Pizza casera con calabacín, queso mozzarella y tomate
VI	12	PASTA BOLOÑESA <small>Gluten</small>	CROQUETAS DE POLLO CON ENSALADA <small>Lácteos, huevo y gluten</small>	FRUTA	Tortilla de patata con judías verdes hervidas
LU	15	ARROZ TRES DELICIAS <small>Crustáceos, huevo</small>	PESCADO AL HORNO CON VERDURAS <small>Pescado</small>	FRUTA	Pa amb oli con tomate aliñado y queso fresco
MA	16	SOPA DE CALDO <small>Soja, apio, gluten</small>	ESCALOPE CON ENSALADA VARIADA <small>Lácteos, gluten,</small>	FRUTA <small>Gluten, huevos</small>	Revuelto de setas, cebolla y huevo con pan integral
MIE	17	POTAJE DE JUDÍAS	HERVIDO DE POLLO	COCA <small>Gluten, huevo</small>	Hamburguesa con pan lechuga, queso y tomate
JU	18	PASTA CON ATUN <small>Gluten, pescado</small>	CALAMAR A LA ANDALUZA CON VERDURAS AL HORNO <small>Pescado, gluten</small>	FRUTA	Pollo a la plancha con patatas y ensalada
VI	19	CREMA DE VERDURAS <small>Soja y apio</small>	TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA <small>Huevos</small>	YOGURT <small>Lácteos</small>	Verduras salteadas con salmón a la plancha
LU	22	LENTEJAS	CROQUETAS DE POLLO CON ENSALADA <small>Lácteos, huevo y gluten</small>	FRUTA	Pa amb oli con tomate aliñado y queso fresco
MA	23	SOPA DE CALDO <small>Soja, apio, gluten</small>	HAMBURGUESA CON VERDURAS <small>Lácteos, gluten</small>	FRUTA <small>Lácteos</small>	Ensalada con queso, nueces, tomate, zanahoria y maíz
MIE	24	PASTA CON QUESO <small>Gluten y lácteos</small>	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA <small>Huevo</small>	YOGURT <small>Lácteos</small>	Revuelto de setas, cebolla y huevo con pan integral
JU	25	ARROZ DE PESCADO <small>Soja, apio, marisco, crustáceos, pescado</small>	PESCADO AL PAPILOTE <small>Pescado</small>	FRUTA	Ensalada de brócoli, cebolla, tomate y atún
VI	26	CREMA DE VERDURAS <small>Soja y apio</small>	CARNE CON SALSA DE MOSTAZA Y VERDURAS HORNO <small>Lácteos mostaza,</small>	FRUTA	Pizza casera con calabacín, queso mozzarella y tomate
LU	29	CREMA DE CALABAZA <small>Soja, apio</small>	PESCADO ABUÑOLADO VERDURAS EN TEMP. <small>Pescado, huevo y gluten</small>	FRUTA	Revuelto de huevo, guisantes y cebolleta con pan
MA	30	POTAJE DE GARBANZOS	TORTILLA FRANCESA CON ENSALASA MIXTA <small>Huevos</small>	FRUTA	Dorada al horno con cebolla y patatas



*Menú revisat i aprovat per la Dietista-Nutricionista Rosa Riera nº col. IB00197 d'acord amb el document de consens sobre alimentació en els centres educatius de 21/07/10.

A cada menú hi trobareu els al·lèrgens que hi ha i una proposta de sopar per cada dia que complementa al dinar.

