



Circular: MENÚS 1R TRIMESTRE 2014-2015

Benvolgudes mares i benvolguts pares,

Un any més comença el curs escolar i des del Patronat Municipal d'Escoles d'Infants juntament amb la regidoria de Sanitat de l'Ajuntament de Palma us oferim el menú per aquest primer trimestre. Per a nosaltres, el menú escolar és de vital importància, tenint en compte que la salut i el benestar dels infants estan condicionats pel tipus d'alimentació rebuda. Per això enguany hem incorporat unes quantes novetats per facilitar la lectura del menú i d'aquesta manera, vosaltres com a pares i mares, el podreu complementar a casa, amb la resta de menjades del dia.

L'estructura del menú és la següent :

- En els berenars es recomanen làctics, fruita o hidrats de carboni tipus entrepà o galetes no dolces. No es recomana la briotxeria industrial tipus pastissos, galetes dolces, magdalenes, croissants..., ni els suc de fruita envasats. A les escoles d'infants municipals es proporcionen làctics i fruita.
- En el dinar:
 - **Primer plat:** Arròs, pasta, pasta+llegum, arròs+llegum (hidrats de carboni), o verdures (amb o sense patata) o ensalada variada.
 - **Segon plat:** Carn, peix o ou amb guarnició formada per verdura o ensalada (si de primer plat hi ha hidrats de carboni) o arròs, pasta o patates (si de primer hi ha verdura).
 - **Pa:** A diari i com a novetat serà integral
 - **Beguda:** Aigua
 - **Postres:**
 - Fruta fresca del temps o producte lactic.
 - El dia que es donen llegums, de postres hi ha una fruita cítrica, perquè afavoreix l'absorció del ferro del llegum.
 - Els suc de fruita contenen altes quantitats de sucre, per això no es recomanen i s'han de substituir per fruita natural.
 - En les dietes saludables, el dolç es recomana de manera esporàdica i en el "Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos" (Sistema Nacional de Salud), es recomana dolç una vegada al mes. Les natilles o flams es consideren dins el menú com a dolços.
 - **Tècnica culinària:** Es cuina majoritàriament bullit, torrat, estofat i al forn. Quan es cuina fregit, s'especifica al menú

Com a novetat, a l'hora de llegir el menú s'han colorejat els plats segons l'aliment majoritari, de la següent manera:

- La farina, l'arròs, la pasta, les patates...(hidrats de carboni)
- Les verdures cuinades i les ensalades i les hortalisses (verdura)
- Els llegums (hidrats de carboni i proteïnes d'origen vegetal)
- Les carns, els peixos i els ous (proteïnes d'origen animal)
- Fruta del temps (fruita)
- Postres làctiques: es proporcionarà iogurt natural o postre làctic de formatge fresc (conegut comunament per "petit suisse" o "danonino") (llet i derivats)
- Postres dolces: es donaran com a postres un dia al mes natilles o flams casolanes.

Esperam que aquestes noves aportacions us hagin agradat i facilitat la lectura del menú.

Rebeu una salutació cordial

Palma, 1 de setembre de 2014

Maria Ingla Pol

Infermera

Centre Municipal de Salut.

M^a Antònia Fiol Mora

Directora pedagògica

Patronat Municipal d'Escoles d'Infants



Circular: MENÚS 1R TRIMESTRE 2014-2015

Apreciadas familias:

Un año más comienza el curso escolar y desde el Patronat Municipal d'Escoles d'Infants conjuntament con la regiduria de Sanitat del Ayuntamiento de Palma os ofrecemos el menú para este primer trimestre. Para nosotros, el menú escolar es de vital importancia, teniendo en cuenta que la salud y el bienestar de los pequeños están condicionados por el tipo de alimentación recibida. Por este motivo, este curso, hemos incorporado unas cuantas novedades para facilitar la lectura del menú y de esta manera, vosotros como padres y madres, lo podéis complementar en casa, con el resto de comidas del día.

La estructura del menú es la siguiente:

- En las meriendas se recomiendan lácticos, fruta o hidratos de carbono tipo bocadillo o galletas no dulces. No se recomienda la pastelería industrial tipo pastelitos, galletas dulces, magdalenas, croissants...., ni los zumos de fruta envasados. En las Escoles d'Infants municipals se proporcionan lácticos y fruta.
- En la comida:
 - **Primer plato:** arroz, pasta, pasta+ legumbre, arroz+legumbre (hidratos de carbono), o verduras (con o sin patata) o ensalada variada.
 - **Segundo plato:** carne, pescado o huevo con guarnición formada por verdura o ensalada (si de primer plato hay hidratos de carbono) o arroz, pasta o patatas (si de primer plato hay verdura).
 - **Pan:** a diario y como novedad será integral.
 - **Bebida:** Agua.
 - **Postres:**
 - Fruta fresca del tiempo o producto lácteo.
 - El día que se da legumbre, de postre hay una fruta cítrica, porque favorece la absorción del hierro de la legumbre.
 - Los zumos de fruta contienen altas cantidades de azúcar, por esto no se recomiendan y se los ha substituido por fruta natural.
 - En las dietas saludables, el dulce se recomienda de manera esporádica y en el "Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos" (Sistema Nacional de Salud), se recomienda dulce una vez al mes. Las natillas o flanes se consideran dentro del menú como dulces.
 - **Técnica culinaria:** Se cocina mayoritariamente hervido, asado, estofado y al horno. Cuando se cocina frito, se especifica en el menú.

Como novedad, en el momento de leer el menú se han coloreado los platos según el alimento mayoritario, de la siguiente manera:

- La harina, el arroz, la pasta, las patatas (hidratos de carbono).
- Las verduras cocinadas, las ensaladas y las hortalizas (verdura).
- Las legumbres (hidratos de carbono y proteínas de origen vegetal).
- Las carnes, los pescados y los huevos (proteínas de origen animal).
- **Fruta del tiempo** (fruta).
- **Postres lácticos:** se proporcionará yogurt natural o postre láctico de queso fresco (conocido por "petit suisse" o "danonino") (leche y derivados)
- **Postres dulces:** un día al mes se darán natillas o flan caseros.

Deseamos que estas nuevas aportaciones os hayan gustado y facilitado la lectura del menú.
Recibid un cordial saludo,

Palma, 1 de setiembre de 2014
Maria Inгла Pol
Infermera
Centre Municipal de Salut.

M^a Antònia Fiol Mora
Directora pedagògica
Patronat Municipal d'Escoles d'Infants



MENÚ DEL PRIMER TRIMESTRE CURS 2014-2015

SETEMBRE		Dilluns 8	Dimarts 9	Dimecres 10	Dijous 11	Divendres 12
Nadons	Berenar	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita
	Dinar	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb vedella logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural
Adaptacio	Berenar	Postres làctiques	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
	Dinar	Puré lleties amb patata i verdura Truita francesa Ensalada Cítric	Sopa de pasta Estofat de vedella Verdures Fruita del temps	Macarrons bolonyesa Raoles de peix (fregit) Ensalada Postres làctiques	Sèmola de blat Pollastre bullit Verdures Fruita del temps	Arròs de peix Pastís de peix Ensalada Postres làctiques
Grans	Berenar	Postres làctiques	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
	Dinar	Lleties amb arròs patates i verdura Truita francesa Ensalada Cítric	Sopa de pasta Estofat de vedella Verdures Fruita del temps	Macarrons bolonyesa Raoles de peix (fregit) Ensalada Postres làctiques	Sopa de pasta Pollastre bullit Verdures Fruita del temps	Arròs de peix Pastís de peix Ensalada Postres làctiques

La beguda tant a l'hora del berenar com del dinar serà l'aigua

Tant en el menú d'adaptació com en els grans, el dinar s'acompanyarà de pa integral.



SETEMBRE		Dilluns 15	Dimarts 16	Dimecres 17	Dijous 18	Divendres 19
Nadons	Berenar	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita
	Dinar	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb vedella logurt natural
Adaptació	Berenar	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Postres làctiques	Fruita del temps
	Dinar	Puré de verdures+cigrons Truita amb cuixot dolç Pa amb oli Cítric	Sopa de peix Peix arrebossat (fregit) Ensalada Postres làctiques	Sémola d'arròs Pollastre al forn Verdura Postres làctiques	Puré de pèsols amb patata i verdura Peix al forn Ensalada Suquet de fruita cítrica	Sopa de pasta Filet rus de vedella Verdura Fruita del temps
Grans	Berenar	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Postres làctiques	Fruita del temps
	Dinar	Puré de verdures+cigrons Truita amb cuixot dolç Pa amb oli Cítric	Arròs de peix Peix arrebossat (fregit) Ensalada Postres làctiques	Sopa de brou Pollastre al forn Verdura Postres làctiques	Puré de pèsols amb patata i verdura Peix al forn Ensalada Suquet de fruita cítrica	Sopa de pasta Filet rus de vedella Verdura Fruita del temps



SETEMBRE		Dilluns 22	Dimarts 23	Dimecres 24	Dijous 25	Divendres 26
Nadons	Berenar	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita
	Dinar	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb vedella logurt natural	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural
Adaptació	Berenar	Fruita del temps	Fruita del temps	Postres làctiques	Fruita del temps	Fruita del temps
	Dinar	Puré lleties amb patata i verdura Truita francesa Trepó Cítric	Sopa de pasta Escaldums de pollastre Verdura Postres làctiques	Fideus amb peix Pastís de peix Ensalada Fruita del temps	Puré de verdura Aguiat de pilotes de vedella Verdura + patata Fruita del temps	Semola d'arròs Pollastre bullit Verdura Natilles casolanes
Grans	Berenar	Fruita del temps	Fruita del temps	Postres làctiques	Fruita del temps	Fruita del temps
	Dinar	Cuinat de lleties amb arròs i verdura Truita francesa Trepó Cítric	Sopa de pasta Escaldums de pollastre Verdura Postres làctiques	Fideus amb peix Pastís de peix Ensalada Fruita del temps	Puré de verdura Aguiat de pilotes de vedella Verdura + patata Fruita del temps	Arròs brut amb carn de pollastre i verdura Ensalada de tonyina Natilles casolanes



SETEMBRE/ OCTUBRE		Dilluns 29	Dimarts 30	Dimecres 1	Dijous 2	Divendres 3
Nadons	Berenar	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita
	Dinar	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb vedella logurt natural
Adaptació	Berenar	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Postres làctiques
	Dinar	Puré de ciurons amb patata i verdura Trita de cuixot dolç Tomàtiga trempada Suquet de fruita cítrica	Semola d'arròs Peix bullit Verdura i patata Postres làctiques	Puré de pèsols amb patata i verdura Pollastre al forn Ensalada Cítric	Sopa de pasta Peix al forn Verdures Postres làctiques	Puré de verdura Filet rus de vedella Patates (fregides) Fruita del temps
Grans	Berenar	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Postres làctiques
	Dinar	Puré de ciurons Trita de cuixot dolç Tomàtiga trempada Suquet de fruita cítrica	Arròs de peix Peix bullit Verdura i patata Postres làctiques	Puré de pèsols Pollastre al forn Ensalada Cítric	Sopa de pasta Peix al forn Verdures Postres làctiques	Puré de verdura Filet rus de vedella Patates (fregides) Fruita del temps



OCTUBRE		Dilluns 6	Dimarts 7	Dimecres 8	Dijous 9	Divendres 10
Nadons	Berenar	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita
	Dinar	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb vedella logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural
Adaptació	Berenar	Postres làctiques	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
	Dinar	Pure lenties amb verdura i patates Truita francesa Ensalada Cítric	Sopa de pasta Aguiat de pilotes de vedella Verdures Fruita del temps	Spaguetti Raoles de peix (fregit) Ensalada Postres làctiques	Semola Pollastre bullit Verdures Fruita del temps	Arròs de peix Aguiat de peix Verdures Postres làctiques
Grans	Berenar	Postres làctiques	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
	Dinar	Lenties amb arròs verdura i patates Truita francesa Ensalada Cítric	Sopa de pasta Aguiat de pilotes de vedella Verdures Fruita del temps	Spaguetti Raoles de peix (fregit) Ensalada Postres làctiques	Sopa de pasta Pollastre bullit Verdures i patates Fruita del temps	Arròs de peix Aguiat de peix Verdures Postres làctiques



OCTUBRE		Dilluns 13	Dimarts 14	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Nadons	Berenar	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita
	Dinar	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb vedella logurt natural
Adaptació	Berenar	Fruita del temps	Postres làctiques	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
	Dinar	Puré de ciurons amb verdura Truita amb cuixot dolç Pa amb oli Cítric	Sopa de peix Peix arrebossat (fregit) Ensalada Fruita del temps	Semola d'arròs Pollastre al forn Verdura Postres làctiques	Puré de pèsols amb patata i verdura Peix bullit Ensalada Suquet de fruita cítrica	Sopa de pasta Estofat de vedella Verdura Fruita del temps
Grans	Berenar	Fruita del temps	Postres làctiques	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
	Dinar	Cuinat de ciurons amb verdura Truita amb cuixot dolç Pa amb oli Cítric	Sopa de peix Peix arrebossat (fregit) Ensalada Fruita del temps	Arròs de brou Pollastre al forn Verdura Postres làctiques	Puré de pèsols amb patata i verdura Peix bullit Ensalada Suquet de fruita cítrica	Sopa de pasta Estofat de vedella Verdura Fruita del temps



OCTUBRE		Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22	Dijous 23	Divendres 24
Nadons	Berenar	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita
	Dinar	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb vedella logurt natural	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural
Adaptació	Berenar	Fruita del temps	Fruita del temps	Postres làctiques	Fruita del temps	Fruita del temps
	Dinar	Puré de lleties Trita francesa Trepó Cítric	Sopa de pasta Escaldums de pollastre Verdura Postres làctiques	Fideus amb peix Pastís de peix Ensalada Fruita del temps	Puré de verdura Filet rus de vedella Patates (fregides) Fruita del temps	Semola d'arròs Pollastre bullit Verdures Postres làctiques
Grans	Berenar	Fruita del temps	Fruita del temps	Postres làctiques	Fruita del temps	Fruita del temps
	Dinar	Cuinat de lleties amb arròs i verdura Trita francesa Trepó Cítric	Sopa de pasta Escaldums de pollastre Verdura Postres làctiques	Fideus amb peix Pastís de peix Ensalada Fruita del temps	Puré de verdura Filet rus de vedella Patates (fregides) Fruita del temps	Arròs brut amb carn de pollastre i verdura Ensalada amb tonyina Postres làctiques



OCTUBRE		Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29	Dijous 30	Divendres 31
Nadons	Berenar	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita
	Dinar	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb vedella logurt natural
Adaptació	Berenar	Postres làctiques	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
	Dinar	Puré de ciurons amb patates i verdura Truita amb cuixot dolç Ensalada Cítric	Arròs de peix Peix bullit Verdura Postres làctiques	Puré de pèsols + verdura Pollastre al forn Patates (fregides) Suquet de fruita cítrica	Sopa de pasta Peix al forn Ensalada Fruita del temps	Puré de verdura Aguiat de pilotes de vedella Patata Flam d'ou casolà
Grans	Berenar	Postres làctiques	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
	Dinar	Puré de ciurons amb patates i verdura Truita amb cuixot dolç Ensalada Cítric	Arròs de peix Peix bullit Verdura Postres làctiques	Puré de pèsols + verdura Pollastre al forn Patates (fregides) Suquet de fruita cítrica	Sopa de pasta Peix al forn Ensalada Fruita del temps	Puré de verdura Aguiat de pilotes de vedella Patata Flam d'ou casolà



NOVEMBRE		Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5	Dijous 6	Divendres 7
Nadons	Berenar	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita
	Dinar	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb vedella logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural
Adaptació	Berenar	Postres làctiques	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
	Dinar	Puré de lleties Truita francesa Tomàtiga trempada Cítric	Sopa de pasta Estofat de vedella Verdura Fruita del temps	Ensalada variada de pasta Raoles de peix (fregit) Ensalada Postres làctiques	Semola Pollastre bullit Verdura Fruita del temps	Arròs de peix Aguiat de peix Verdura Postres làctiques
Grans	Berenar	Postres làctiques	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
	Dinar	Cuinat de lleties amb arròs, patates i verdures Truita francesa Tomàtiga trempada Cítric	Sopa de pasta Estofat de vedella Verdura Fruita del temps	Ensalada variada de pasta Raoles de peix (fregit) Ensalada Postres làctiques	Sopa de pasta Pollastre bullit Verdura Fruita del temps	Arròs de peix Aguiat de peix Verdura Postres làctiques



NOVEMBRE		Dilluns 10	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
Nadons	Berenar	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita
	Dinar	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb vedella logurt natural
Adaptació	Berenar	Fruita del temps	Fruita del temps	Postres làctiques	Fruita del temps	Fruita del temps
	Dinar	Puré de ciurons + verdura Truita amb cuixot dolç Pa amb oli Cítric	Sèmola d'arròs de peix Peix arrebossat (fregit) Verdura Postres làctiques	Sopa de pasta Pollastre al forn Ensalada Fruita del temps	Puré de pèsols Peix bullit Verdura i patata Suquet de fruita cítrica	Sopa Filet rus de vedella Ensalada Postres làctiques
Grans	Berenar	Fruita del temps	Fruita del temps	Postres làctiques	Fruita del temps	Fruita del temps
	Dinar	Puré de ciurons + verdura Truita amb cuixot dolç Pa amb oli Cítric	Arròs de peix Peix arrebossat (fregit) Verdura Postres làctiques	Sopa de pasta Pollastre al forn Ensalada Fruita del temps	Puré de pèsols Peix bullit Verdura i patata Suquet de fruita cítrica	Sopa Filet rus de vedella Ensalada Postres làctiques



NOVEMBRE		Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19	Dijous 20	Divendres 21
Nadons	Berenar	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita
	Dinar	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb vedella logurt natural	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural
Adaptació	Berenar	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Postres làctiques	Fruita del temps
	Dinar	Puré de llenties Truita francesa Ensalada Cítric	Sopa Escaldums de pollastre Verdures Postres làctiques	Fideus amb peix Peix al forn Ensalada Fruita del temps	Puré de verdura Aguiat de pilotes de vedella Patata Fruita del temps	Semola d'arròs Pollastre bullit Verdures Postres làctiques
Grans	Berenar	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Postres làctiques	Fruita del temps
	Dinar	Cuinat de llenties amb arròs i verdures Truita francesa Ensalada Cítric	Sopa Escaldums de pollastre Verdures Postres làctiques	Fideus amb peix Peix al forn Ensalada Fruita del temps	Puré de verdura Aguiat de pilotes de vedella Patata Fruita del temps	Arròs brut amb carn de pollastre i verdura Pollastre bullit Verdures Postres làctiques



NOVEMBRE		Dilluns 24	Dimarts 25	Dimecres 26	Dijous 27	Divendres 28
Nadons	Berenar	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita
	Dinar	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb vedella logurt natural
Adaptació	Berenar	Postres làctiques	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
	Dinar	Puré de ciurons Truita amb cuixot dolç Tomàtiga trempada Cítric	Arròs de peix Peix bullit Ensalada Postres làctiques	Puré de verdura Pollastre al forn Patates al forn Fruita del temps	Sopa de pasta Aguiat de peix Verdura Natilla	Puré de verdures i pèsols Filet rus de vedella Patates (fregides) Cítric
Grans	Berenar	Postres làctiques	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
	Dinar	Cuinat de ciurons amb patates i verdura Truita amb cuixot dolç Tomàtiga trempada Cítric	Arròs de peix Peix bullit Ensalada Postres làctiques	Pasta amb salsa de verdures, tomàtiga i tonyina Pollastre al forn Patates al forn Fruita del temps	Sopa de pasta Aguiat de peix Verdura Natilla	Puré de verdures i pèsols Filet rus de vedella Patates (fregides) Cítric



DESEMBRE		Dilluns 1	Dimarts 2	Dimecres 3	Dijous 4	Divendres 5
Nadons	Berenar	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita
	Dinar	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb vedella logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural
Adaptació	Berenar	Postres làctiques	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
	Dinar	Puré de lleties+verdura Truita francesa Pa amb oli Cítric	Sopa de pasta Aguiat de pilotes de vedella Verdura Fruita del temps	Macarrons amb salsa Raoles de peix (fregit) Ensalada Postres làctiques	Semola Pollastre bullit Verdura Fruita del temps	Arròs de peix Pastis de peix Ensalada Postres làctiques
Grans	Berenar	Postres làctiques	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
	Dinar	Cuinat de lleties amb arròs, patates+verdura Truita francesa Pa amb oli Cítric	Sopa de pasta Aguiat de pilotes de vedella Verdura Fruita del temps	Macarrons amb salsa Raoles de peix (fregit) Ensalada Postres làctiques	Sopa de pasta Pollastre bullit Verdura Fruita del temps	Arròs de peix Pastis de peix Ensalada Postres làctiques



DESEMBRE		Dilluns 8	Dimarts 9	Dimecres 10	Dijous 11	Divendres 12
Nadons	Berenar	festiu	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita
	Dinar	festiu	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb vedella logurt natural
Adaptació	Berenar		Fruita del temps	Fruita del temps	Postres làctiques	Fruita del temps
	Dinar	festiu	Sèmola d'arròs de peix Peix arrebossat (fregit) Ensalada Postres làctiques	Sopa de brou Pollastre al forn Verdura Fruita del temps	Puré de ciurons amb patates i verdures Peix al forn Ensalada Suquet de fruita cítrica	Sopa de pasta Estofat de vedella Verdura Fruita del temps
Grans	Berenar		Fruita del temps	Fruita del temps	Postres làctiques	Fruita del temps
	Dinar	festiu	Arròs de peix Peix arrebossat (fregit) Ensalada Postres làctiques	Sopa de brou Pollastre al forn Verdura Fruita del temps	Puré de ciurons amb patates i verdures Peix al forn Ensalada Suquet de fruita cítrica	Sopa de pasta Estofat de vedella Verdura Fruita del temps



DESEMBRE		Dilluns 15	Dimarts 16	Dimecres 17	Dijous 18	Divendres 19
Nadons	Berenar	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita	Puré de fruita
	Dinar	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Puré de verdures i patata amb vedella logurt natural	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural
Adaptació	Berenar	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Postres làctiques	Fruita del temps
	Dinar	Puré de pèsols Trita de cuixot dolç Ensalada Cítric	Semola d'arròs Pollastre bullit Verdures Fruita del temps	Fideus de peix Aguiat de peix Verdura Postres làctiques	Ensalada amb tonyina Filet rus de vedella Puré de patata Fruita del temps	Sopa de pasta Escaldums de pollastre Verdura Postres làctiques
Grans	Berenar	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Postres làctiques	Fruita del temps
	Dinar	Puré de pèsols Trita de cuixot dolç Ensalada Cítric	Arròs brut amb carn de pollastre i verdura Ensalada amb formatge Fruita del temps	Fideus de peix Aguiat de peix Verdura Postres làctiques	Ensalada amb tonyina Filet rus de vedella Puré de patata Fruita del temps	Sopa de pasta Escaldums de pollastre Verdura Postres làctiques



Patronat Municipal d'Escoles
d'Infants de Palma

DESEMBRE		Dilluns 22	Dimarts 23	Dimecres 24	Dijous 25	Divendres 26
Nadons	Berenar	Puré de fruita	Puré de fruita	Festes de nadal		
	Dinar	Puré de verdures i patata amb pollastre logurt natural	Puré de verdures i patata amb peix logurt natural	Festes de nadal		
Adaptació	Berenar	Postres làctiques	Fruita del temps	Festes de nadal		
	Dinar	Puré de lleties Truita francesa Tomàtiga trempada Cítric	Arròs de peix Peix bullit Verdura Torró	Festes de nadal		
Grans	Berenar	Postres làctiques	Fruita del temps	Festes de nadal		
	Dinar	Cuinat de lleties Truita francesa Tomàtiga trempada Cítric	Arròs de peix Peix bullit Verdura Torró	Festes de nadal		