

JUNE 2024
GENERAL MENU



	MONDAY 3	TUESDAY 4	WEDNESDAY 5	THURSDAY 6	FRIDAY 7
LUNCH	LENTIL SALAD (1) FISH AND CHIPS (1,4) SEASONAL FRUIT	GAZPACHO CHICKEN CURRY COUSCOUS (1) SEASONAL FRUIT	MIXED SALAD PASTA NAPOLITANA (1,3,6,10) SCRAMBLED EGG (3) YOGURT (7)	TROPICAL SALAD WITH PINEAPPLE GRILLED SALMON WITH GARLIC AND PARSLEY (4) MASHED POTATOES SEASONAL FRUIT	SALAD WITH AVOCADO CHILLI CON CARNE BASMATI RICE SEASONAL FRUIT
DINNER	Chicken soup + French omelette with salad seasonal fruit	Baked sea bream with potato and broccoli seasonal fruit	Grilled turkey with rice and mushrooms seasonal fruit	Green beans with potato and hard-boiled egg seasonal fruit	Grilled sea bass with peas and carrot seasonal fruit
	MONDAY 10	TUESDAY 11	WEDNESDAY 12	THURSDAY 13	FRIDAY 14
LUNCH	APPLE SALAD MEATBALLS WITH TOMATO SAUCE (1,6,12) BOILED RICE SEASONAL FRUIT	GUACAMOLE WITH CRUDITÉS HAKE WITH LEMON & BAKER POTATO (4) SEASONAL FRUIT	CHICKPEA SALAD WITH TUNA (4) CORDON BLEU (1,3,6,7) BULGUR, BROCCOLI AND CARROT (1) JELLY	SALAD WITH EGG (3) MIXED FIDEUÁ (1,2,3,4,6,10) SEASONAL FRUIT	LENTIL AND PUMPKIN SOUP (1) GRILLED TURKEY POTATO WITH SOUR CREAM (7) SEASONAL FRUIT
DINNER	Scrambled eggs with potato and zucchini seasonal fruit	Baked chicken with sweet potato and pumpkin seasonal fruit	Vichyssoise + grilled salmon with salad seasonal fruit	Quinoa salad with cheese seasonal fruit	French omelette with rice and broccoli seasonal fruit
	MONDAY 17	TUESDAY 18	WEDNESDAY 19	THURSDAY 20	FRIDAY 21
LUNCH	CAESAR SALAD (1,7) FRIED SQUID (1,2,3,4,6,7,10,14) COUSCOUS WITH ZUCCHINI, CORN AND CARROT (1) SEASONAL FRUIT	HUMUS WITH CRUDITÉS CUBA STYLE RICE CHEESE OMELETTE (3,7) SEASONAL FRUIT	GREEN SALAD BEEF CHEESE BURGER (1,3,7) ROASTED POTATOES SEASONAL FRUIT	MENÚ FIN DE CURSO GREEK SALAD (7) CHICKEN KEBAB (1) PANNA COTTA WITH RED FRUITS (7)	MIXED SALAD WITH TUNA (4) PIZZA (1,7) SEASONAL FRUIT
DINNER	Grilled chicken with spinach and potato seasonal fruit	Vegetable cream + Grilled monkfish with carrot seasonal fruit	Potato omelette with tomato and green beans seasonal fruit	Grilled hake with ratatouille seasonal fruit	Gazpacho + chicken fajitas with vegetables seasonal fruit
	MONDAY 23	TUESDAY 24	WEDNESDAY 25	THURSDAY 26	FRIDAY 27
LUNCH	HOLIDAY 	LENTIL SALAD (1) PESTO PASTA (1,3,6,7,10) FRENCH OMELETTE (3) SEASONAL FRUIT	GAZPACHO MIXED PAELLA (2,4,14) SEASONAL FRUIT		
DINNER		Baked chicken with potato and zucchini seasonal fruit	Chicken soup + potato omelette with salad seasonal fruit		



Información sobre los menús

Cada día se ofrece entre 20-40g de pan integral con el menú, aportando de ese modo una opción integral diaria

Las ensaladas están aliñadas con aceite de oliva virgen extra prensado en frío.

Cocinamos alternando aceite de oliva y de girasol alto oleico. Utilizamos poca sal y siempre yodada.

Nuestros yogures no contienen más de 12,3g de azúcar por cada 100ml, tal como dicta la normativa

El 5% de nuestras carnes de ave tienen el certificado "WELFAIR", que promueve el bienestar animal.

Todo nuestra meluza tiene certificado MSC (pesca sostenible certificada)

En ocasiones utilizamos alimentos integrales

Utilizamos productos ecológicos (numero inscrito Comensals: 1115E Consell Balear de la Producció Agrària Ecològica)

Intentamos utilizar Productos km0

A modo de lo posible utilizamos productos de temporada según el calendario APAEMA:

Para la elaboración de los menús se tiene en cuenta: Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos así como el Decreto 39/2019, de 17 de mayo, sobre la promoción de la dieta mediterránea en los centros educativos y sanitarios de las Islas Baleares.

*** En caso de alergia o intolerancia alimentaria se adaptará el menú siempre que se entregue un certificado médico.**

*** En caso de dieta astringente o por dolor de barriga se le dará sopa de arroz blanco o puré de zanahoria + un hervido de pollo o pescado con patata, zanahoria o arroz hervido de guarnición.**

Información completa sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre de 2014 **1 Gluten 2 Crustacios 3 Huevos 4 Pescados 5 Cacauetes 6 Soja 7 Leche, Lactosa 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dióxido de sofre 13 Altramuces 14 Moluscos**