



| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|--|---|---|---|
| | FIESTA | 2 Amanida de pernil Arròs cubana Fruita temporada 605 kcal (*Sopa, pao, verd. fruita | 3 Cigrons estofats Pollastre forn amb cous-cous Fruita temporada 670 kcal (*Puré, vedella, verd. i lacti | 4 Crema de pèsols Cap de llom forn amb patates logurt 665 kcal (*Patata, peix, verd. Fruita |
| 7 Amanida de lleties Bunyols de bacallà amb amanida Préssec almívar 670kcal (*Pasta, pollastre, verd. i fruita | 8 Espaguetis ecològics napolitana Colin forn amb pastanaga Fruita temporada 645 kcal (* Crema verdures, ou, lacti | 9 Truita de porros i coliflor Arròs a banda Fruita temporada 660 kcal (*Amanida, vedella, verd. i fruita | 10 Crema de verdures ecològiques Salsitxes mixtes i patates forn logurt 675 kcal (*Sopa, peix, verd. i fruita | 11 Sopa d'au Mandonguilles amb xampinyons Fruita temporada 650 kcal (*Patata, peix, verd. i fruita |
| 14 Amanida de tonyina Paella de carn Fruita fresca 665 kcal (*Sopa, vedella, verd i fruita | 15 Crema verdures ecològiques Fletan arrebossat amb pèsols Flam 645 kcal (*Arròs, poll, verd. i fruita | 16 Amanida de mongetes Vedella al forn amb carbassa vapor Fruita temporada 675kcal (*Crema verdures, peix, lacti | 17 Macarrons ECO bolonyesa Lluç planxa amb mongetes verdes saltejades Fruita temporada 660 kcal (*Llegum, ou, verd. i lacti | 18 Amanida de tomàtiga i formatge fresc amb oli d'alfàbrega Guisat d'ou Fruita Ecològica 645 kcal (*Porc, arròs, verd. i fruita |
| 21 Amanida Mixta Pizza de pernil dolç Fruita temporada 610 kcal (*Patata, peix, verdures i fruita | 22 Meló amb pernil salat Arròs amb pollastre Farinetes 655 kcal (*Amanida, porc, verd i fruita | 23 Tabulé de cigrons Nuggets amb carbassó planxa Fruita temporada 640 kcal (*Crema verdures, peix, lacti | 24 Amanida de pollastre Tallarines integrals ecològics carbonera Fruita Ecològica 650 kcal; (*Sopa, pollastre, verd. i fruita | 25 Truita de patates Halibut planxa amb albergínia Fruita temporada 645 kcal (*Pasta, ou, verdures, fruita |
| 28 Amanida amb cherrys Croquetes de pollastre amb verdures gratinades Fruita ; 655kcal (*Puré, ou, verd i fruita | 29 Estofat de lleties ecològiques Pollastre planxa amb patates forn logurt ; 645kcal (*Amanida, pollastre, verd i fruita | 30 Espirals bolonyesa Truita amb pebrera i ceba Fruita temporada 675 kcal (*Sopa, pollastre, verd. i fruita | 31 Amanida Mixta Guisat de tonyina Fruita temporada 645 kcal (*Pasta, pao, verd. i lacti | |

El pa és casolà i s'elabora en un forn d'Eivissa. Servim un cop a la setmana pa integral

Producte Ecològic

Les amanides s'amaneixen amb oli oliva verge extra, extracció en fred.

Els plats són casolans i es conserva la tradicionalitat en la seva elaboració. La forma de cuinar és gustosa, senzilla i natural.

Fruita fresca i de temporada

Els menús no estan adaptats a al·lèrgies alimentàries, creences religioses o dietes especials. Per als usuaris que necessiten altres dietes es prepararà un menú alternatiu seguint el protocol establert per la Conselleria de Educació i Cultura.

(*) **Recomanacions per a elaborar el sopar en casa i seguint amb la dieta equilibrada segons el menú del mig dia.**

Temàtica projecte
ELS VIATGERS



Direcció

pilar@cateringsolivera.com

Administració

647 885 093

info@cateringsolivera.com



JUNTOS POR LA INFANCIA HOSPITALIZADA

juntos

Colabora en:
www.proyectojuntos.org

DIETISTA ÓSCAR RAMÓN MARÍ
COL-LEGIAT: IB0038



| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|--|--|---|---|--|
| | FESTA | 2 Ensalada de Jamón York Arroz a la cubana Fruta temporada 605kcal (*) Sopa, pavo, verd. y fruta | 3 Garbanzos estofados Pollo al horno con cous-cous Fruta temporada 670 kcal (*) Puré, ternera, verd. y lácteo | 4 Crema de guisantes Cabeza lomo horno con patatas Yogur 665 kcal; (*) Patata, pescado, verd. y fruta |
| 7 Ensalada de lentejas Buñuelos de bacalao con ensalada Melocotón en almíbar 670 kcal (*) Pasta, pollo, verd. y fruta | 8 Espaguetis ecológicos napolitana Colin horno con zanahoria Fruta temporada 645kcal; (*) Crema verd. huevo y lácteo | 9 Tortilla de puerros y coliflor Arroz a banda Fruta de temporada 660 kcal (*) Ensalada, ternera, verd. y fruta | 10 Crema de verduras ecológicas Salchichas mixtas con patatas al horno Yogur 675 kcal (*) Sopa, pescado, verd. y fruta | 11 Sopa de ave Albóndigas con champiñones Fruta temporada 650 kcal (*) Patata, pescado, verd. y fruta |
| 14 Ensalada de atún Paella de carne Fruta fresca 665 kcal; (*) Sopa, ternera, verd. y fruta | 15 Crema de verduras ecológicas Fletan rebozado casero con guisantes Flan 645 kcal (*) Arroz, pollo, verd y fruta | 16 Ensalada de judías blancas Ternera horno con calabaza vapor Fruta temporada 675 kcal; (*) Crema verduras, pescado y lácteo | 17 Macarrones ECO boloñesa Merluza plancha con judías verdes salteadas Fruta temporada 660 kcal ;(*) Legumbres, huevo, verd. y lácteo | 18 Ensalada de tomate con queso fresco y aceite de albahaca Guisado de huevo Fruta ecológica 645kcal (*) Cerdo, arroz y verd. fruta |
| 21 Ensalada Mixta Pizza de jamón York Fruta temporada 610 kcal; (*) Patata, pescado, verd. y fruta | 22 Melón con jamón serrano Arroz con pollo Natillas 655 kcal; (*) Ensalada, cerdo, verd. y fruta | 23 Tabulé de garbanzos Nuggets de pollo con calabacín plancha Fruta temporada 640 kcal; (*) Crema verdu, pescado y lácteo | 24 Ensalada de pollo Tallarines integrales ecológicos carbonara Fruta ecológica 650 kcal; (*) Sopa, pollo, verduras y fruta | 25 Tortilla de patatas Halibut plancha con berenjena Fruta temporada 645 kcal (*) Pasta, huevo, verd. y fruta |
| 28 Ensalada de cherrys Croquetas de pollo con verduras gratinadas Fruta 655 kcal (*) Puré, huevo, verd. y fruta | 29 Estofado Lentejas ecológicas Pollo plancha con patatas horno Yogur 645 kcal (*)Ensalada, pollo, verd. y fruta | 30 Espirales boloñesa Tortilla con pimientos rojos y cebolla Fruta temporada 675kcal (*)Sopa, pollo, verd. y fruta | 31 Ensalada Mixta Guisado de atún Fruta temporada 645 kcal (*)Pasta, pavo, verd. y lácteo | |

MENÚ DE S'OLIVERA

El pan es casero y se elabora en una panadería de Ibiza. Servimos una vez a la semana pan integral

Producto Ecológico

Las ensaladas se aliñan con aceite oliva virgen extra, extracción en frío.

Los platos son caseros y se conserva la tradición en su elaboración. La forma de cocinar es apetecible, sencilla y natural.

Fruta fresca y de temporada

Los menús no están adaptados a alergias alimentarias, creencias religiosas o dietas especiales. Para los usuarios que necesiten otras dietas se preparará un menú alternativo siguiendo el protocolo establecido por la Consejería de Educación y Cultura.

(*) Recomendaciones para elaborar la cena en casa y seguir con la dieta equilibrada según el menú de medio día.

Temática proyecto pedagógico LOS VIAJEROS



Departamento Administración
647 885 093
info@cateringsolivera.com

JUNTOS POR LA INFANCIA HOSPITALIZADA

juntos

Colabora en:

DIETISTA ÓSCAR RAMÓN MARÍ
COLEGIADO: IB 0038

Dirección
pilar@cateringsolivera.com

