

	martes 1	miércoles 2	jueves 3	viernes 4
Primero	Garbanzos estofados	Gnocchi al pesto	Sopa	Crema de guisantes
Segundo	Lomo de cerdo con lechuga y tomate	Merluza rebozada con ensalada variada	"Bollit"	Canelones
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt	Fruta de temporada
Sugerencia de cena	Gallo a la plancha con verduras y patata al vapor. Fruta	Pechuga de pollo en salsa de verduras y arroz integral. Fruta	Ensalada de quinoa con salmón y aguacate. Fruta	Estofado de verduras con huevo duro. Fruta

	lunes 7	martes 8	miércoles 9	jueves 10	viernes 11
Primero	Sopa de pasta	Puré de calabacín	Macarrones boloñesa	Guiso de lentejas	Wok de arroz
Segundo	Tortilla de patatas con zanahoria salteada	Filete de merluza con patatas	Pollo asado con lechuga, zanahoria y olivas	Hamburguesa con patatas	Rollitos de primavera con lechuga, tomate y maíz
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Danonino Bebedino	Fruta de temporada	Fruta de temporada
Sugerencia de cena	Jamonicitos de pollo con cebolla y arroz salteado. Fruta	Garbanzo con espinacas y huevo. Fruta	Crema de verduras al gusto. Bacalao al horno con pimientos y patatas. Fruta	Anillas de calamar rebozadas con verduras salteadas. Fruta	Sopa de pescado y marisco con verduras. Fruta

	lunes 14	martes 15	miércoles 16	jueves 17	viernes 18
Primero	Crema de calabaza y zanahoria	Sopa	Lentejas con verduras	Macarrones con tomate	"Arròs Brut"
Segundo	Albóndigas con patatas	"Frit de na Bel"	Boquerones en tempura con patatas al horno	Lomo adobado con lechuga y zanahoria	Salchichas con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fian de vainilla	Fruta de temporada
Sugerencia de cena	Tortilla de patatas con guisantes salteados. Fruta	Hamburguesas de merluza con judías verdes salteadas y patatas. Fruta	Pasta integral salteada con cherrys y mozzarella. Fruta	Puré de calabacín con lubina a la plancha. Fruta	Pizza casera con queso y atún. Fruta

	lunes 21	martes 22	miércoles 23	jueves 24	viernes 25
Primero	Sopa de verduras	Tortellinis 4 quesos	Vichyssoise	Arroz con gambitas	No lectivo
Segundo	Pollo empanado con lechuga y tomate	Redondo de pavo con calabacín al horno	Hamburguesa con patatas	Salmón al eneldo con ensalada	
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	
Sugerencia de cena	Cous cous con pimiento, garbanzos y pollo troceado. Fruta	Rodaballo con verduritas al horno. Fruta	Wrap de salmón ahumado con aguacate y queso crema. Fruta	Espaguetis de calabacín con carne de ternera y tomate. Fruta	

	lunes 28
Primero	No lectivo
Segundo	
Postre	
Sugerencia de cena	

La fruta de este mes es: mandarina, plátano, pera y manzana.

Todos los menús van acompañados de pan moreno.

Este menú ha sido elaborado o supervisado por la nutricionista profesional, Verónica Fernández Cortés, con número de colegiada IB/00164, asegurando el cumplimiento con las normativas vigentes en materia de alimentación escolar en Illes Balears, que recoge el decreto 39/2019, de 17 de mayo sobre la promoción de la dieta mediterránea, el artículo 3 de la Ley orgánica 2/2006 de 3 de Mayo y el Documento de Consenso Sobre la Alimentación en los Centros Educativos aprobado el 21 de Julio de 2010.



	martes 1	miércoles 2	jueves 3	viernes 4
<i>Primero</i>	Garbanzos estofados	Gnocchi al pesto	Sopa	Crema de guisantes
<i>Segundo</i>	Lomo de cerdo con lechuga y tomate	Merluza al horno con ensalada variada	"Bollit"	Canelones
<i>Postre</i>	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt	Fruta de temporada
<i>Sugerencia de cena</i>	<i>Gallo a la plancha con verduras y patata al vapor. Fruta</i>	<i>Pechuga de pollo en salsa de verduras y arroz integral. Fruta</i>	<i>Ensalada de quinoa con salmón y aguacate. Fruta</i>	<i>Estofado de verduras con huevo duro. Fruta</i>

	lunes 7	martes 8	miércoles 9	jueves 10	viernes 11
<i>Primero</i>	Sopa	Puré de calabacín	Pasta boloñesa	Guiso de lentejas	Wok de arroz
<i>Segundo</i>	Tortilla de patatas con zanahoria salteada	Filete de merluza con patatas	Pollo asado con lechuga, zanahoria y olivas	Hamburguesa con patatas	Redondo de pavo con lechuga, tomate y maíz
<i>Postre</i>	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Danonino Bebedino	Fruta de temporada	Fruta de temporada
<i>Sugerencia de cena</i>	<i>Jamonicos de pollo con cebolla y arroz salteado. Fruta</i>	<i>Garbanzo con espinacas y huevo. Fruta</i>	<i>Crema de verduras al gusto. Bacalao al horno con pimientos y patatas. Fruta</i>	<i>Anillas de calamar rebozadas con verduras salteadas. Fruta</i>	<i>Sopa de pescado y marisco con verduras. Fruta</i>

	lunes 14	martes 15	miércoles 16	jueves 17	viernes 18
<i>Primero</i>	Crema de calabaza y zanahoria	Sopa	Lentejas con verduras	Macarrones con tomate	"Arròs Brut"
<i>Segundo</i>	Albóndigas con patatas	"Frit de na Bel"	Pescado con patatas al horno	Lomo adobado con lechuga y zanahoria	Salchichas con ensalada
<i>Postre</i>	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Flan de vainilla	Fruta de temporada
<i>Sugerencia de cena</i>	<i>Tortilla de patatas con guisantes salteados. Fruta</i>	<i>Hamburguesas de merluza con judías verdes salteadas y patatas. Fruta</i>	<i>Pasta integral salteada con cherrys y mozzarella. Fruta</i>	<i>Puré de calabacín con lubina a la plancha. Fruta</i>	<i>Pizza casera con queso y atún. Fruta</i>

	lunes 21	martes 22	miércoles 23	jueves 24	viernes 25
<i>Primero</i>	Sopa de verduras	Pasta 4 quesos	Vichyssoise	Arroz con gambitas	No lectivo
<i>Segundo</i>	Pollo empanado con lechuga y tomate	Redondo de pavo con calabacín al horno	Hamburguesa con patatas	Salmón al eneldo con ensalada	
<i>Postre</i>	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	
<i>Sugerencia de cena</i>	<i>Cous cous con pimiento, garbanzos y pollo troceado. Fruta</i>	<i>Rodaballo con verduritas al horno. Fruta</i>	<i>Wrap de salmón ahumado con aguacate y queso crema. Fruta</i>	<i>Espaguetis de calabacín con carne de ternera y tomate. Fruta</i>	

	lunes 28
<i>Primero</i>	No lectivo
<i>Segundo</i>	
<i>Postre</i>	
<i>Sugerencia de cena</i>	

La fruta de este mes es: mandarina, plátano, pera y manzana.

Todos los menús van acompañados de pan moreno.

Este menú ha sido elaborado o supervisado por la nutricionista profesional, Verónica Fernández Cortés, con número de colegiada IB/00164, asegurando el cumplimiento con las normativas vigentes en materia de alimentación escolar en Illes Balears, que recoge el decreto 39/2019, de 17 de mayo sobre la promoción de la dieta mediterránea, el artículo 3 de la Ley orgánica 2/2006 de 3 de Mayo y el Documento de Consenso Sobre la Alimentación en los Centros Educativos aprobado el 21 de Julio de 2010.



Verónica Fernández Cortés.
Colegiada IB/00164

	martes 1	miércoles 2	jueves 3	viernes 4
Primero	Garbanzos estofados	Gnocchi al pesto	Sopa	Crema de guisantes
Segundo	Lomo de cerdo con lechuga y tomate	Tortilla con ensalada variada	"Bollit"	Redondo de pavo con tomate aliñado
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt	Fruta de temporada
Sugerencia de cena	<i>Bistec de ternera a la plancha con verduras y patata al vapor. Fruta</i>	<i>Pechuga de pollo en salsa de verduras y arroz integral. Fruta</i>	<i>Ensalada de quinoa con gambitas y aguacate. Fruta</i>	<i>Estofado de verduras con huevo duro. Fruta</i>

	lunes 7	martes 8	miércoles 9	jueves 10	viernes 11
Primero	Sopa de pasta	Puré de calabacín	Macarrones boloñesa	Guiso de lentejas	Wok de arroz
Segundo	Tortilla de patatas con zanahoria salteada	Lomo con patatas	Pollo asado con lechuga, zanahoria y olivas	Hamburguesa con patatas	Pavo con lechuga, tomate y maíz
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Danonino Bebedino	Fruta de temporada	Fruta de temporada
Sugerencia de cena	<i>Jamonicos de pollo con cebolla y arroz salteado. Fruta</i>	<i>Garbanzo con espinacas y huevo. Fruta</i>	<i>Crema de verduras al gusto. Brochetas con pimientos y patatas. Fruta</i>	<i>Anillas de calamar rebozadas con verduras salteadas. Fruta</i>	<i>Sopa de pescado y marisco con verduras. Fruta</i>

	lunes 14	martes 15	miércoles 16	jueves 17	viernes 18
Primero	Crema de calabaza y zanahoria	Sopa	Lentejas con verduras	Macarrones con tomate	"Arròs Brut"
Segundo	Albóndigas con patatas	"Frit de na Bel"	Tortilla con patatas al horno	Lomo adobado con lechuga y zanahoria	Salchichas con ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Flan de vainilla	Fruta de temporada
Sugerencia de cena	<i>Tortilla de patatas con guisantes salteados. Fruta</i>	<i>Hamburguesas con judías verdes salteadas y patatas. Fruta</i>	<i>Pasta integral salteada con cherrys y mozzarella. Fruta</i>	<i>Puré de calabacín con sepia a la plancha. Fruta</i>	<i>Pizza casera con queso y jamón dulce. Fruta</i>

	lunes 21	martes 22	miércoles 23	jueves 24	viernes 25
Primero	Sopa de verduras	Pasta 4 quesos	Vichyssoise	Arroz salteado	No lectivo
Segundo	Pollo empanado con lechuga y tomate	Redondo de pavo con calabacín al horno	Hamburguesa con patatas	Tortilla con ensalada	
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	
Sugerencia de cena	<i>Cous cous con pimiento, garbanzos y pollo troceado. Fruta</i>	<i>Redondo de ternera con verduras al horno. Fruta</i>	<i>Wrap de carne con aguacate y queso crema. Fruta</i>	<i>Espaguetis de calabacín con carne de ternera y tomate. Fruta</i>	

	lunes 28
Primero	No lectivo
Segundo	
Postre	
Sugerencia de cena	

La fruta de este mes es: mandarina, plátano, pera y manzana.
 Todos los menús van acompañados de pan moreno.

Este menú ha sido elaborado o supervisado por la nutricionista profesional, Verónica Fernández Cortés, con número de colegiada IB/00164, asegurando el cumplimiento con las normativas vigentes en materia de alimentación escolar en Illes Balears, que recoge el decreto 39/2019, de 17 de mayo sobre la promoción de la dieta mediterránea, el artículo 3 de la Ley orgánica 2/2006 de 3 de Mayo y el Documento de Consenso Sobre la Alimentación en los Centros Educativos aprobado el 21 de Julio de 2010.



Verónica Fernández Cortés.
 Colegiada IB/00164

	martes 1	miércoles 2	jueves 3	viernes 4
<i>Primero</i>	Garbanzos estofados	Gnocchi al pesto	Sopa	Crema de guisantes
<i>Segundo</i>	Lomo de cerdo con lechuga y tomate	Merluza rebozada con ensalada variada	"Bollit"	Redondo de pavo con tomate aliñado
<i>Postre</i>	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt	Fruta de temporada
<i>Sugerencia de cena</i>	<i>Gallo a la plancha con verduras y patata al vapor. Fruta</i>	<i>Pechuga de pollo en salsa de verduras y arroz integral. Fruta</i>	<i>Ensalada de quinoa con salmón y aguacate. Fruta</i>	<i>Estofado de verduras con huevo duro. Fruta</i>

	lunes 7	martes 8	miércoles 9	jueves 10	viernes 11
<i>Primero</i>	Sopa de pasta	Puré de calabacín	Macarrones boloñesa	Guiso de lentejas	Wok de arroz
<i>Segundo</i>	Tortilla de patatas con zanahoria salteada	Filete de merluza con patatas	Pollo asado con lechuga, zanahoria y olivas	Hamburguesa con patatas	Pavo con lechuga, tomate y maíz
<i>Postre</i>	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Danonino Bebedino	Fruta de temporada	Fruta de temporada
<i>Sugerencia de cena</i>	<i>Jamonicos de pollo con cebolla y arroz salteado. Fruta</i>	<i>Garbanzo con espinacas y huevo. Fruta</i>	<i>Crema de verduras al gusto. Bacalao al horno con pimientos y patatas. Fruta</i>	<i>Anillas de calamar rebozadas con verduras salteadas. Fruta</i>	<i>Sopa de pescado y marisco con verduras. Fruta</i>

	lunes 14	martes 15	miércoles 16	jueves 17	viernes 18
<i>Primero</i>	Crema de calabaza y zanahoria	Sopa	Lentejas con verduras	Macarrones con tomate	"Arròs Brut"
<i>Segundo</i>	Albóndigas con patatas	"Frit de na Bel"	Pescado con patatas al horno	Lomo con lechuga y zanahoria	Hamburguesa con ensalada
<i>Postre</i>	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Flan de vainilla	Fruta de temporada
<i>Sugerencia de cena</i>	<i>Tortilla de patatas con guisantes salteados. Fruta</i>	<i>Hamburguesas de merluza con judías verdes salteadas y patatas. Fruta</i>	<i>Pasta integral salteada con cherrys y albahaca. Fruta</i>	<i>Puré de calabacín con lubina a la plancha. Fruta</i>	<i>Pizza casera con tomate y atún. Fruta</i>

	lunes 21	martes 22	miércoles 23	jueves 24	viernes 25
<i>Primero</i>	Sopa de verduras	Pasta con tomate	Vichyssoise	Arroz con gambitas	No lectivo
<i>Segundo</i>	Pollo empanado con lechuga y tomate	Redondo de pavo con calabacín al horno	Hamburguesa con patatas	Salmón al eneldo con ensalada	
<i>Postre</i>	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	
<i>Sugerencia de cena</i>	<i>Cous cous con pimiento, garbanzos y pollo troceado. Fruta</i>	<i>Rodaballo con verduritas al horno. Fruta</i>	<i>Wrap de salmón ahumado con aguacate y humus. Fruta</i>	<i>Espaguetis de calabacín con carne de ternera y tomate. Fruta</i>	

	lunes 28
<i>Primero</i>	No lectivo
<i>Segundo</i>	
<i>Postre</i>	
<i>Sugerencia de cena</i>	

La fruta de este mes es: mandarina, plátano, pera y manzana.

Todos los menús van acompañados de pan moreno.

Este menú ha sido elaborado o supervisado por la nutricionista profesional, Verónica Fernández Cortés, con número de colegiada IB/00164, asegurando el cumplimiento con las normativas vigentes en materia de alimentación escolar en Illes Balears, que recoge el decreto 39/2019, de 17 de mayo sobre la promoción de la dieta mediterránea, el artículo 3 de la Ley orgánica 2/2006 de 3 de Mayo y el Documento de Consenso Sobre la Alimentación en los Centros Educativos aprobado el 21 de Julio de 2010.



Verónica Fernández Cortés.
Colegiada IB/00164

	martes 1	miércoles 2	jueves 3	viernes 4
<i>Primero</i>	Garbanzos estofados	Gnocchi al pesto	Sopa	Crema de guisantes
<i>Segundo</i>	Lomo de cerdo con lechuga y tomate	Merluza rebozada con ensalada variada	"Bollit"	Redondo de pavo con tomate aliñado
<i>Postre</i>	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt	Fruta de temporada
<i>Sugerencia de cena</i>	<i>Gallo a la plancha con verduras y patata al vapor. Fruta</i>	<i>Pechuga de pollo en salsa de verduras y arroz integral. Fruta</i>	<i>Ensalada de quinoa con salmón y aguacate. Fruta</i>	<i>Estofado de verduras con carne. Fruta</i>

	lunes 7	martes 8	miércoles 9	jueves 10	viernes 11
<i>Primero</i>	Sopa de pasta	Puré de calabacín	Macarrones boloñesa	Guiso de lentejas	Wok de arroz
<i>Segundo</i>	Lomo con zanahoria salteada	Filete de merluza con patatas	Pollo asado con lechuga, zanahoria y olivas	Hamburguesa con patatas	Pavo con lechuga, tomate y maíz
<i>Postre</i>	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Danonino Bebedino	Fruta de temporada	Fruta de temporada
<i>Sugerencia de cena</i>	<i>Jamonicos de pollo con cebolla y arroz salteado. Fruta</i>	<i>Garbanzo con espinacas y carne. Fruta</i>	<i>Crema de verduras al gusto. Bacalao al horno con pimientos y patatas. Fruta</i>	<i>Anillas de calamar rebozadas con verduras salteadas. Fruta</i>	<i>Sopa de pescado y marisco con verduras. Fruta</i>

	lunes 14	martes 15	miércoles 16	jueves 17	viernes 18
<i>Primero</i>	Crema de calabaza y zanahoria	Sopa	Lentejas con verduras	Macarrones con tomate	"Arròs Brut"
<i>Segundo</i>	Albóndigas con patatas	"Frit de na Bel"	Pescado con patatas al horno	Lomo adobado con lechuga y zanahoria	Salchichas con ensalada
<i>Postre</i>	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Flan de vainilla	Fruta de temporada
<i>Sugerencia de cena</i>	<i>Pechuga de pollo con patatas con guisantes salteados. Fruta</i>	<i>Hamburguesas de merluza con judías verdes salteadas y patatas. Fruta</i>	<i>Pasta integral salteada con cherrys y mozzarella. Fruta</i>	<i>Puré de calabacín con lubina a la plancha. Fruta</i>	<i>Pizza casera con queso y atún. Fruta</i>

	lunes 21	martes 22	miércoles 23	jueves 24	viernes 25
<i>Primero</i>	Sopa de verduras	Pasta 4 quesos	Vichyssoise	Arroz con gambitas	No lectivo
<i>Segundo</i>	Pollo empanado con lechuga y tomate	Redondo de pavo con calabacín al horno	Hamburguesa con patatas	Salmón al eneldo con ensalada	
<i>Postre</i>	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	
<i>Sugerencia de cena</i>	<i>Cous cous con pimiento, garbanzos y pollo troceado. Fruta</i>	<i>Rodaballo con verduritas al horno. Fruta</i>	<i>Wrap de salmón ahumado con aguacate y queso crema. Fruta</i>	<i>Espaguetis de calabacín con carne de ternera y tomate. Fruta</i>	

	lunes 28
<i>Primero</i>	No lectivo
<i>Segundo</i>	
<i>Postre</i>	
<i>Sugerencia de cena</i>	

La fruta de este mes es: mandarina, plátano, pera y manzana.
 Todos los menús van acompañados de pan moreno.

Este menú ha sido elaborado o supervisado por la nutricionista profesional, Verónica Fernández Cortés, con número de colegiada IB/00164, asegurando el cumplimiento con las normativas vigentes en materia de alimentación escolar en Illes Balears, que recoge el decreto 39/2019, de 17 de mayo sobre la promoción de la dieta mediterránea, el artículo 3 de la Ley orgánica 2/2006 de 3 de Mayo y el Documento de Consenso Sobre la Alimentación en los Centros Educativos aprobado el 21 de Julio de 2010.



Verónica Fernández Cortés.
 Colegiada IB/00164