

CEIP MEDITERRANI basal

Maig 2026



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	
<p>04</p> <p>Ensalada d'encisam ECO, carlota ratllada fresca, ceba i poma (<i>no conté</i>) Caragoles amb tomata i formatge brull (<i>gluten, lactis</i>) Aladròcs enfarinats amb sojanesa de llima (<i>crustacis, lactis, mol·luscos, soja, ous, peix, gluten</i>) Fruita (<i>no conté</i>)</p> <p>Sopar recomanat: <i>Solomillo de porc planxa amb escalivada</i></p>	<p>04</p> <p>Ensalada d'encisam ECO, cogombre i ceba (<i>no conté</i>) Potatge de fesols amb verdures (<i>no conté</i>) Truita de formatge (<i>ous, lactis</i>) Fruita (<i>no conté</i>)</p> <p>Sopar recomanat: <i>Sopa de fideus i calamars encebats</i></p>	<p>05</p> <p>Ensalada d'encisam ECO, carlota ratllada fresca i ceba (<i>no conté</i>) Sopa d'au i verdures amb estreletes (<i>ous, gluten, soja, mostassa</i>) Pollastre al forn amb creïlles (<i>no conté</i>) logurt (<i>lactis</i>)</p> <p>Sopar recomanat: <i>Salmorejo amb ou dur</i></p>	<p>06</p> <p>Ensalada d'encisam ECO, tomata, dacs i formatge (<i>lactis</i>) Torrada de pa integral amb tomata, titot i oli d'oliva (<i>gluten</i>) Arròs al forn amb costella, cansalada, botifarró, cigrons, creïlla i tomata (<i>soja, lactis, sulfits</i>) Fruita ECO (<i>no conté</i>)</p> <p>Sopar recomanat: <i>Truita planxa amb minestra de verdures</i></p>	<p>07</p> <p>Ensalada de encisam ECO, tomata, ceba i ou (<i>ous</i>) Crema de carabasseta, ceba, all porro i creïlla (<i>no conté</i>) Llonganisses amb tomata fregida casolana (elaborat) i saltat de pèsols (<i>soja, lactis, sulfits</i>) Fruita (<i>no conté</i>)</p> <p>Sopar recomanat: <i>Wraps de verdures torrades i formatge</i></p>	<p>08</p>
<p>11</p> <p>Ensalada d'encisam ECO, llomarda i carlota ratllada amb vinagreta de iogurt (<i>lactis</i>) Llentilles amb verdures i carabassa ECO (<i>no conté</i>) Truita de creïlla i ceba (<i>ous</i>) Fruita (<i>no conté</i>)</p> <p>Sopar recomanat: <i>Gaspaxo i lluç planxa amb salsa de all porro</i></p>	<p>12</p> <p>Ensalada d'encisam ECO, tomata i ou cuit (<i>ous</i>) Croquetes de pollastre (<i>soja, ous, gluten, lactis</i>) Arròs del senyoret amb calamars, peix i gambetes (<i>crustacis, peix, mol·luscos</i>) Fruita (<i>no conté</i>)</p> <p>Sopar recomanat: <i>Crema de verdures i entrecuix de pollastre al allet</i></p>	<p>12</p> <p>Ensalada d'encisam ECO, dacs i carlota fresca ratllada (<i>no conté</i>) Sopa d'au i verdures amb fideus (<i>ous, gluten, soja, mostassa</i>) Pit de pollastre planxa amb creïlles al forn (<i>no conté</i>) logurt (<i>lactis</i>)</p> <p>Sopar recomanat: <i>Crema de verdures i escòrpora planxa amb allets tendres</i></p>	<p>13</p> <p>Ensalada d'encisam ECO, tomata, tonyina i ceba (<i>crustacis, peix, mol·luscos</i>) Espaguetis integrals a la carbonara (<i>gluten, lactis</i>) Cuetes d'abadejo a la biscaina (<i>peix, gluten</i>) Fruita ECO (<i>no conté</i>)</p> <p>Sopar recomanat: <i>Remanat de gambes i espàrrecs</i></p>	<p>14</p> <p>Ensalada bufet: encisam ECO, tomaca, formatge fresc, ceba, carlota i pipes de carabassa (<i>lactis</i>) Crema de carlota, ceba, all porro i cigrons (<i>no conté</i>) Guisat de titot amb creïlles i hortalisses (<i>soja, api, mostassa</i>) Fruita (<i>no conté</i>)</p> <p>Sopar recomanat: <i>Pizza de verdures i salmó</i></p>	<p>15</p>

18

Ensalada de cogombre amb vinagreta (*no conté*)
Macarrons integrals amb salsa de tomaca casolana i formatge gratinats (*ous, gluten, soja, lactis, mostassa*)
Filet de lluç al forn amb salsa de llima, oli, all i julivert (*crustacis, mol·luscos, peix*)
Fruita (*no conté*)

Sopar recomanat:
Broquetes de pollastre planxa amb saltat de verdures

Ensalada de encisam ECO, tomata, ceba i ou (*ous*)
Sopa d'arròs amb fesols i nap (*no conté*)
Llom al forn al seu suc amb salsa de verdures i creïlles (*no conté*)
Fruita (*no conté*)

Sopar recomanat:
Ous a la planxa amb samfaina

19

Ensalada d'encisam ECO, carlota ratllada fresca i ceba (*no conté*)
Potatge de cigrons amb espinacs (*ous*)
Trita de carabasseta (*ous*)
logurt (*lactis*)

Sopar recomanat:
Llobarro al papillote amb creïlles, ceba i pimentons

20

Ensalada d'encisam ECO, tomata, dacsa i formatge (*lactis*)
Sopa d'au amb pasta maravel·losa (*ous, soja, mostassa, gluten*)
Pollastre al forn amb panolletes de dacsa (*no conté*)
Fruita ECO (*no conté*)

Sopar recomanat:
Crema de porros i filet de rap planxa

21

Ensalada d'encisam ECO, ceba i tomata (*no conté*)
Arròs amb tomata (*no conté*)
Ous farcits amb tonyina i sojanesa (*ous, peix, soja*)
Fruita (*no conté*)

Sopar recomanat:
Alberginies en tempura amb rellom de titot a la planxa

22

25

Ensalada d'encisam ECO, ceba i pimentó verd italià (*no conté*)
Crema de pésols, ceba, all porro i creïlla (*no conté*)
Hamburguesa de col i formatge amb carlota baby especiada (*ous, gluten, lactis, sèsam*)
Fruita (*no conté*)

Sopar recomanat:
Tacs de magre en salsa de tomaca amb ensalada

Ensalada d'encisam ECO i tomaca especiada (*no conté*)
Llacets amb salsa de formatge (*ous, gluten, soja, lactis, mostassa*)
Lluç al forn amb sojanesa casolana (*peix, soja*)
Fruita (*no conté*)

Sopar recomanat:
Sopa de pluja i truita de formatge

26

Ensalada d'encisam ECO, poma, carlota fresca ratllada i pipes de carabassa (*fruits secs*)
Guisat de mandonguilles amb creïlla i verdures (*soja, lactis, sulfits*)
Pizza de tomata, formatge, xampinyons i pernil dolç (Elaborat) (*soja, gluten, lactis*)
logurt artesà (*lactis*)

Sopar recomanat:
Salmó planxa amb boletes de bròquil i formatge

27

DIA DE LES COMARQUES: L'HORTA NORD - Ensalada d'encisam ECO, ceba i tomaca (*no conté*)
Ensaladilla amb creïlla, ceba picada, ou, olives, dacsa i sojanesa (*ous, soja*)
Paella de pollastre, garrofó i bajoca (*no conté*)
Fruita ECO (*no conté*)

Sopar recomanat:
Carn desmesxada amb allets, cigrons i carlota

28

Ensalada de encisam ECO, dacsa i poma (*no conté*)
Llentilles amb verdures i arròs integral (*gluten*)
Trita d'espinacs amb formatge fresc (*ous, lactis*)
Fruita (*no conté*)

Sopar recomanat:
Crema de xampinyons i tacs de bacallà enfarinat

29



En compliment del Reglament RD 126/2015 de 27 de febrer; aquest establiment té disponible per consultar la informació relativa a la presència d'al·lèrgens dels nostres productes.

Pots sol·licitar aquesta informació a través de info@comicole.com o en la nostra pàgina web: https://comesco.net/comesco_alergenos/

App ComiCole:
<https://comesco.net/>
<https://comicole.com/>

Laura Bilbao Cercós,
Dietista-nutricionista
Nutrália: CV 00288