

CEIP Menú escolar GENERAL setembre de 2024

El dinar s'acompanya de **pa integral** i **aigua**. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i Oli d'Oliva verge extra ecològic per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: meló, pera, poma, plàtan, síndria.

Producte ecològic: oli d'oliva verge extra de primera premsió en fred pels trempats, llegum seca ecològica, pa integral ecològic dilluns, dimecres i divendres i porros.

El iogurt que s'ofereix sempre és natural. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre educatiu. El iogurt ensucrat té < 12,3g de sucre.



		11	12	13
		MACARRONS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1,9,12)	PAELLA DE CARN I VERDURES (9)
		CROQUETES DE CUINAT (1,3,7)	POLLASTRE A LA PLANXA	FILET DE GALL AMB ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3,4)
		I ENSALADA AMB OLIVES	PATATES ROSTIDES	TREMPÓ MALLORQUÍ
		FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
		Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada de cuscús amb ou bullit / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada / Fruita
16	17	18	19	20
ESPIRALS integrals D'ESTIU (olives negres, alfabaguera, formatge) (1,3,7)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA	CIURONS TREMPATS AMB PATATA (oli, all, pebre dolç)	ESPAGUETIS INTEGRALS A LA CARBONARA (1,3,6,7,12)	CREMA DE CARABASSÍ
SALSITXES DE PORC A LA PLANXA (7,12)	PALOMETA AMB ARREBOSSAT CASOLÀ (1,3,4)	PITERA DE POLLASTRE AL FORN	LLUÇ AL FORN (4)	TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)
I LLETUGUES TREMPADES	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	I ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES	PISTO DE VERDURES	I ENSALADA AMB TONYINA(4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT (7)
Suggeriment de sopar: Bullit de patata i verdures amb ou / Fruita	Suggeriment de sopar: Pisto de verdures amb llentia vermella / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada d'arròs amb ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Coca de pebres amb bacallà / Fruita
23	24	25	26	27
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1,9,12)	ARRÒS DE PEIX (2,4,14)	CREMA DE VERDURES I CIURONS	SOPA DE BROU DE GALLINA I VEDELLA (1,3,9)	TALLARINS AL PESTO (all, alfabaguera, fruita seca, formatge) (1,3,7,8)
TIRES DE CALAMAR CASOLANES (1,3,2,4,14)	TRUITA DE PATATA (3)	AGUIAT D'INDIOT	POLLASTRE ROSTIT AMB ALLS I LLLIMONA	LLUÇ AL FORN AMB PICADA (4)
I ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES	I ENSALADA AMB TONYINA(4)	ARRÒS AL CURRY	AMB CEBÀ, PASTANAGA I POMA	I TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT (7)	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Pollastre a la planxa amb patata i xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sardines a la planxa amb pa / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i pastís de verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita
30				
CREMA DE PASTANAGA I CIURONS (12)				
HAMBURGUESA D'AU A LA PLANXA (7,12)				
I ARRÒS SALTAT				
IOGURT (7)				
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i carabassí / Fruita				

Bon inici de curs a tothom!

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustacis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Valoració del compliment del Decret 39/2019, de 17 de maig, sobre la promoció de la dieta mediterrània als centres educatius i sanitaris de les Illes Balears

Catering SES MADUIXETES

setembre de 2024

Articles del Decret 39/2019, de 17 de maig que s'apliquen al Centres Educatius

Article 16. Vigilància i control. Valoració de la programació del menú per part de personal qualificat amb formació acreditada en nutrició humana i dietètica.

Article 4. Requisits i criteris per a la programació dels menús escolars i la freqüència de consum setmanal

	Grups d'Aliments	Freqüència Setmanal	Menú	OBSERVACIONS
1	ARRÒS	1	1-1-1-0	Compleix
2	Incloure integrals	Incloure	0-1-0-0	Compleix
3	PASTA	1	1-2-2-0	No compleix
4	Incloure integrals	Incloure	1-1-0-0	Compleix
5	LLEGUMS	1 a 2 (Mínim 6 al mes)	1-1-2-2	Compleix
6	HORTALISSES - PATATA	1 a 2	0-1-1-1	Compleix
7	CARN	1 a 3	1-2-2-1	Compleix
8	Prioritzar carn blanca	Prioritzar	1-1-2-0	Compleix
9	Preparats càrnis	Màxim 4 al mes	0-1-0-1	Compleix
10	OUS	1 a 2	0-1-1-0	Compleix
11	PEIX	1 a 3 (Mínim 6 al mes)	1-2-2-0	Compleix
12	dels quals, Blau	Alternar	0-1-0-0	Compleix
13	ENSALADES	3 a 4	2-4-3-0	Compleix
14	ALTRES	1 a 2	1-1-2-1	Compleix
15	FRUITA FRESCA DE TEMPORADA	4 a 5	3-4-4-0	Compleix
16	YOGUR (<12,3g de sucre/ 100ml)	0 a 1	0-1-1-1	Compleix
17	OLI PER CUINAR	Oli d'Oliva o Oli de Girasol Alt Oleic		Compleix
18	OLI PER TREMPAR	Oli d'Oliva Verge o Oli d'Oliva Verge Extra		Compleix
19	FRITURES	Màxim 2 a la setmana	2-2-2-0	Compleix
20	PRE CUINATS	Màxim 3 al mes	1-0-0-0	Compleix

Article 5. Informació dels menús a les famílies

Les persones responsables dels centres educatius han de proporcionar a les famílies, persones que exerceixen la tutela o responsables dels comensals, incloent-hi les persones amb necessitats especials (intoleràncies, al·lèrgies alimentàries o altres malalties que així ho exigeixin), la programació mensual dels menús de la manera més clara i detallada possible i les han d'orientar amb menús adequats perquè el sopar sigui complementari amb el menú del migdia.

La informació sobre els menús ha de ser accessible a persones amb qualsevol tipus de diversitat funcional, quan així es requereixi.

Així mateix, s'ha de posar a disposició de les famílies, persones que exerceixen la tutela o responsables dels comensals la informació dels productes utilitzats per a l'elaboració dels menús que sigui exigible per les normes sobre etiquetatge de productes alimentaris i per les normes sobre la informació a les persones consumidores.

Article 16. Vigilància i control

La documentació justificativa de la valoració de la programació del menú per part de personal qualificat amb formació acreditada en nutrició humana i dietètica. (aquest document)

L'existència de fitxes tècniques dels menús, amb la mesura dels ingredients que els integren (volum i pes).

Les persones responsables de l'oferta alimentària dels centres educatius, dels centres sanitaris i de les dependències administratives sanitàries han de tenir a disposició de la Direcció General de Salut Pública i Participació letiquetat nutricional dels aliments envasats y/o la documentació necessària per conèixer els continguts nutricionals i el tipus d'aliments que s'ofereixen en els bars, cantines, quioscos o màquines expendedores ubicades en el seu recinte.

Els centres educatius, a través del consell escolar, poden constituir una comissió de menjador a fi de fer el seguiment i la valoració del servei de menjador, de conformitat amb el contingut d'aquest Decret.

