

Menú ESCOLAR GENERAL, mes de abril de 2026

La cuna utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar. Oli d'oliva verge extra per trempar en cru.

Els menús van acompanyats d'aigua i pa blanc o integral, a petició del centre.

Les fruites del mes són: mandarina, pera, poma, plàtan, taronja.

els iogurts es serveixen, a petició del centre, naturals o de sabors, amb sucre o sense sucre. Els iogurts amb sucre tenen màxim 12,3g/ 100ml.

1	2	3		
			Festivo	Festivo
6	7	8	9	10

Vacaciones

13	14	15	16	17
CREMA DE VERDURES I LLEGUM (llenties)	PAELLA DE CARN I VERDURES	MACARRONS INTEGRALS A LA NAPOLITANA	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	SOPA DE BROU D'AU AMB PASTA MERAVELLA
NUGETS CASOLANS DE POLLASTRE (ou pa ratllat)	PALOMETA AL FORN AMB PICADA	CUIXETA DE POLLASTRE ROSTIDA	HOKI AMB ENFARINAT CASOLÀ (ou, farina de blat)	TRUITA A LA FRANCESA AMB FORMATGE
ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, tomàtiga, pastanaga rallada)	ENSALADA VARIADA AMB OLIVES (iceberg, tomàtiga, pastanaga rallada)	PATATES ROSTIDES	ARRÒS AMB PEBRES	ENSALADA VARIADA AMB TONYINA (iceberg, brots tendres, pastanaga rallada)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Bullit de patata i verdures amb ou / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirales de legumbre con verduras y comino / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i bonyols de patata i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Torrada de Sant Sebastià / Fruita
20	21	22	23	24
CREMA DE VERDURES I LLEGUM (mongetes)	SOPA DE BROU D'AU AMB PASTA PIÑONET	ESPIRALS GRATINATS	ARRÒS INTEGRAL AMB Salsa de TOMÀTIGA	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES
FRIT DE POLLASTRE	TRUITA DE PATATA I CEBA	PITERA DE POLLASTRE A LA PLANXA	ABADEJO AMB PANAT CASOLÀ (ou, pa ratllat)	LLOM ROSTIT
PATATA Y VERDURAS	ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, tomàtiga, pastanaga rallada)	MINESTRA DE VERDURES	ENSALADA VARIADA AMB PIPES (iceberg, brots tendres, pastanaga rallada)	ENSALADA VARIADA AMB OLIVES (iceberg, tomàtiga, pastanaga rallada)
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Saltat de verdures amb arròs i indiots trossejat / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i hamburguesa de ciurons amb pa torrat / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i lluç amb pastanaga i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Bròquil i patata al vapor amb salmó a la planxa / Fruita
27	28	29	30	
SOPA DE BROU D'AU AMB PASTA FIDEVÍ	ENSALADA VARIADA AMB CROQUETES DE BACALLÀ	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES	"ARRÒS BRUT"	
SEITONS EN TEMPURA	CUINAT DE PILOTES CASOLANES (magre de porc i babilla de vedella)	POLLASTRE AL CURRI	HOKI AL FORN AMB PICADA	
ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, tomàtiga, pastanaga ratllada)	VERDURES (all, ceba, pastanaga, pèsols, tomàtiga) I PATATA	ARRÒS BLANC	ENSALADA VARIADA AMB TONYINA (iceberg, brots tendres, pastanaga rallada)	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT	
Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirales de legumbre con verduras y comino / Fruita	Suggeriment de sopar: Calamar amb ceba, carabassí i patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patates / Fruita	

Si necessita informació dels al·lèrgens continguts en el menú, contacti amb cocinadosbenjamin@hotmail.com

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 COCINADOS BENJAMÍN

abril de 2026

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	0-1-1-1	Compleix
2	Incloure integrals	Incloure	0-0-1-0	Compleix
3	PASTA	1	1-2-2-1	No Compleix
4	Incloure integrals	Incloure	0-1-0-1	Compleix
5	LLEGUMS	1 a 2 (Mínim 6 al mes)	0-2-2-1	Compleix
6	HORTALISSES - PATATA	1 a 2	0-1-1-0	Compleix
7	CARN	1 a 3	0-2-3-2	Compleix
8	Prioritzar carn blanca	Prioritzar	0-2-2-1	Compleix
9	Preparats càrnis	Màxim 4 al mes	0-0-0-1	Compleix
10	OUS	1 a 2	0-1-1-0	Compleix
11	PEIX	1 a 3 (Mínim 6 al mes)	1-2-1-2	Compleix
12	dels quals, Blau	Alternar	0-1-0-1	Compleix
13	ENSALADES	3 a 4	1-3-3-3	Compleix
14	ALTRES	1 a 2	0-2-2-1	Compleix
15	FRUITA FRESCA DE TEMPORADA	4 a 5	1-4-4-3	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	0-2-2-1	Compleix
20	PRE CUINATS	Màxim 3 al mes	0-0-0-1	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 exerceixin 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 l'etiquetatge 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.

