

MENÚ TARDOR 2020



- ♥ Menú basat en la dieta mediterrània dissenyat per un professional sanitari
- ✂ Es compra productes frescos, de temporada, ecològics i locals segons el calendari pagès, és a dir, sostenible amb el medi ambient i el desenvolupament de la nostra comunitat.
- 👑 Cuina tradicional i artesana conscients que el gust s'aconsegueix amb temps, sensibilitat i dedicació. No fem servir conservants ni additius.
- 🌿 El pa s'elabora diàriament en un forn eivissenc i es produeix amb massa mare. Un cop a la setmana servim pa integral.
- 💧 L'oli és d'oliva verge extracció en fred.
- 🥄 Preparam el iogurt a les nostres cuines i el servim a granel així evitem comprar i llençar un gotet de plàstic per comensal.
- ⓘ El menú no està adaptat a al·lèrgies e intoleràncies alimentàries, creences religioses o dietes especials. Per als comensals que necessiten altres dietes es prepararà un menú alternatiu seguint el protocol establert.

*Vine! Visita les nostres instal·lacions.
Serà un plaer transmetre l'afecte amb el que
cuinem cada dia.*

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

28

29

30

01

02

🍷 429kcal 05

- Amanida de formatge fresc amb tomàquet KMO (8)
- Llenties guisades i arròs integral
- Fruita KMO

🌱 Crema de carbassó, falafel, patata i iogurt

🍷 507kcal 06

- Sopa meravella (7,9)
- Perca al forn amb carbassó planxa (4,5,6)
- Fruita temporada

🌱 Amanida, hamburguesa vegetal, patates i fruita

🍷 622kcal 07

- Amanida d'ou (7)
- Lasanya de pollastre (7,8,9)
- Farinetes (7,8,9)

🌱 Patata, vedella verdures i fruita

🍷 618kcal 01

- Crema de verdures 100% ecològica y KMO
- Fajitas de pollastre amb pebrot verd i vermell (9)
- Fruita temporada

🌱 Arròs, falafel, verdura i fruita

🍷 575kcal 02

- Amanida de tomàquet KMO
- Arròs de matances
- Greixonera (7,8,9)

🌱 Crema de patata, lluç, bròquil i fruita

🍷 496kcal 12

FESTA

🍷 493kcal 13

- Estofat de mongetes blanques i espinacs.
- Truita de carbassó amb amanida, blat i pastanaga. (7)
- Fruita temporada

🌱 Graellada de verdures pollastre, patata i fruita

🍷 495kcal 14

- Crema de verdures 100% ecològica i KMO.
- Lasanya de pastanaga i tofu (7,8,9,13)
- Iogurt (8)

🌱 Carbassó farcit d'arròs, verdura, tofu i fruita

🍷 597kcal 15

- Puré de llegums
- Mandonguilles de vedella casolanes al forn amb xampinyons
- Fruita temporada

🌱 Amanida de tomàquet, halibut, pasta integral i fruita

🍷 451kcal 16

- Sopa amb ossos de vedella (7,9)
- Ales de ratlla arrebossades KMO "CONFRARIA DE PESCADORS" amb enciam i tomàquet (4,5,6)
- Fruita temporada

🌱 Amanida de quinoa amb salmó i verdures al gust i macedònia

🍷 496kcal 19

- Sopa de peix amb morralla KMO de la "CONFRARIA DE PESCADORS" (4,5,6)
- Cap roig al forn amb pèsols (4,5,6)
- Fruita temporada

🌱 Espinacs saltats, llom planxa amb moniato i fruita

🍷 482kcal 20

- Amanida de gall dindi
- Guisat d'ou (7)
- Fruita temporada

🌱 Amanida d'arròs i ciurons amb tonyina i iogurt

🍷 488kcal 21

- Crema de verdures 100% ecològica i KMO
- Pollastre pagès planxa KMO "FINCA DE'N JUANJO" amb cous-cous(9)
- Fruita temporada

🌱 Mongetes saltades amb pernil, perca forn amb tomàquet i fruita

🍷 510kcal 22

- Consomé d'ossos de pollastre pagès KMO "FINCA DE'N JUANJO"
- Fideuà de verdures (7,9)
- Iogurt (8)

🌱 Filet de vedella amb espàrrecs, patata bullida i fruita

🍷 528kcal 23

- Llenties guisades amb bledes.
- Arròs a la cubana (7)
- Fruita temporada

🌱 Crema de patata, hamburguesa de tofu, puré de verdures i fruita

🍷 610kcal 26

- Amanida mixta
- Paella mixta (4,5,6)
- Fruita temporada

🌱 Pasta, verdures, porc i fruita

🍷 635kcal 27

- Sopa d'au (7,9)
- Cap de llom al forn amb carbassó
- Fruita temporada

🌱 Ou amb mongetes verdes, pernil i fruita

🍷 624kcal 28

- Ciurons amb espinacs
- Truita de patates KMO amb amanida (7)
- Flam (8)

🌱 Sopa, peix, verdures i fruita

🍷 634kcal 29

- Crema de verdures 100% ecològica i KMO
- Croquetes de cuinat amb amanida (1,2,4,5,6,7,8,9,10, 11,13)
- Fruita temporada

🌱 Verdura, vedella, patata i fruita

🍷 613kcal 30

- Patata KMO a la riojana
- Lluç a la planxa amb puré de pastanaga (4,5,6)
- Fruita temporada

🌱 Arròs amb llegums, verdura i lacti.



Vegetarià



KMO



1 Cacauet



3 Sèsam



5 Crustaci



7 Ou



9 Gluten



11 Mostassa



13 Soja



Ecològic



2 Closca de fruits secs



4 Peix



6 Mol·lusc



8 Lactosa



10 Api



12 Sulfits



14 Tramussos

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>🍴 610kcal 02</p> <ul style="list-style-type: none"> · Amanida de tonyina (4,5,6) · Arròs a banda amb rap (4,5,6) · Fruita temporada <p>🌱 Pasta, verdures, porc i fruita</p>	<p>🍴 644kcal 03</p> <ul style="list-style-type: none"> · Guisat de mongeta blanca · Cap roig al forn amb patata KMO (4,5,6) · Fruita temporada <p>🌱 Patata, paó, verdura i fruita</p>	<p>🍴 620kcal 04</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures 100% ecològica i KMO · Macarrons integrals 100% ecològics bolonyesa (9) · Iogurt (8) <p>🌱 Sopa, ou, verdura i fruita</p>	<p>🍴 618kcal 05</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sopa d'au (7,9) · Fajitas de pollastre amb pebrot verd i vermell (9) · Fruita temporada <p>🌱 Arròs, falafel, verdura i fruita</p>	<p>🍴 625kcal 06</p> <ul style="list-style-type: none"> · Amanida mixta · Guisat d'ou (7) · Fruita temporada <p>🌱 Patata, peix, verdura i lacti</p>
<p>🍴 615kcal 09</p> <ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'ou (7) · Guisat de llenties amb arròs integral · Fruita temporada <p>🌱 Crema verdures, patata, pollastre i fruita</p>	<p>🍴 630kcal 10</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de pollastre (7,9) · Vedella guisada amb cous-cous (9) · Fruita temporada <p>🌱 Amanida, hamburguesa vegetal, arròs i fruita</p>	<p>🍴 599kcal 11</p> <ul style="list-style-type: none"> · Puré de llegum · Truita de patates KMO amb amanida (7) · Fruita temporada <p>🌱 Peix amb patates, verdura i lacti</p>	<p>🍴 622kcal 12</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures 100% ecològica i KMO · Lasanya mixta (7,8,9) · Farinetes (7,8,9) <p>🌱 Patata, vedella, verdures i fruita</p>	<p>🍴 657kcal 13</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de peix amb morralla KMO de la "CONFRARIA DE PESCADORS" (4,5,6) · Fletan arrebossat amb enciam, pastanaga i blat (4,5,6,9) · Fruita temporada <p>🌱 Amanida, arròs, ou i fruita</p>
<p>🍴 496kcal 16</p> <ul style="list-style-type: none"> · Puré de llegums · Truita de tonyina amb enciam, tomàtiga i pastanaga fresca (4,5,6,7) · Fruita temporada <p>🌱 Pollastre, patata, verdura i fruita</p>	<p>🍴 450kcal 17</p> <ul style="list-style-type: none"> · Brou d'au (7,9) · Lluç planxa amb puré de carabassa 100% ecològica i KMO (4,5,6) · Fruita temporada <p>🌱 Mongetes amb tomàquet, gall d'indi, cous cous, amanida i lacti</p>	<p>🍴 572kcal 18</p> <ul style="list-style-type: none"> · Guisat de ciurons amb espinacs · Pollastre arrebossat amb patates al forn KMO (7,8,9,10,11,13) · Fruita temporada <p>🌱 Amanida de quinoa, llenties, tonyina i fruita</p>	<p>🍴 526kcal 19</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures 100% ecològica i KMO. · Macarrons integrals ecològics bolonyesa (9) · Fruita temporada <p>🌱 Amanida arròs amb ou, espinacs i fruita</p>	<p>🍴 575kcal 20</p> <ul style="list-style-type: none"> · Amanida mixta · Arròs de matances. · Greixonera (7,8,9) <p>🌱 Crema de patata, lluç, bròquil i fruita</p>
<p>🍴 429kcal 23</p> <ul style="list-style-type: none"> · Amanida de formatge fresc (8) · Llenties guisades i arròs integral · Fruita temporada <p>🌱 Crema de carbassó, falafel i patata. Iogurt.</p>	<p>🍴 507kcal 24</p> <ul style="list-style-type: none"> · Brou d'au amb arròs (7,9) · Perca al forn amb verdures (4,5,6) · Fruita temporada <p>🌱 Amanida de tomàtiga, hamburguesa vegetal i patates. Fruita</p>	<p>🍴 622kcal 25</p> <ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'ou (7) · Lasanya de pollastre (7,8,9) · Farinetes (7,8,9) <p>🌱 Patata, vedella verdures i fruita</p>	<p>🍴 558kcal 26</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures 100% ecològica i KMO · Croquetes de cuinat amb amanida (1,2,4,5,6,7,8,9,10, 11,13) · Fruita temporada <p>🌱 Bròquil saltejat, ou amb moniato i fruita</p>	<p>🍴 487kcal 27</p> <ul style="list-style-type: none"> · Puré de pèsols · Truita de patates KMO amb bròquil (7) · Fruita de temporada <p>🌱 Arròs amb pollastre i verdures i iogurt</p>
<p>🍴 493kcal 30</p> <ul style="list-style-type: none"> · Estofat de mongetes blanques i espinacs · Truita de carbassó amb amanida, blat i pastanaga (7) · Fruita temporada <p>🌱 Graellada de verdures, pollastre, patata i fruita</p>	<p>01</p>	<p>02</p>	<p>03</p>	<p>04</p>

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
30 451kcal 01 · Brou d'ossos de vedella (7,9) · Ales de ratlla arrebossades KMO "CONFRARIA DE PESCADORS" amb enciam i tomàquet (4,5,6) · Fruita temporada 🌱 Amanida de quinoa amb salmó, verdures al gust i macedònia	01 597kcal 02 · Puré de llegums · Mandonguilles de vedella casolanes al forn amb xampinyons · Fruita temporada 🌱 Amanida de tomàquet, halibut, pasta integral i fruita	02 495kcal 03 · Crema de verdures 100% ecològica i KMO · Lasanya de pastanaga i tofu (7,8,9,13) · logurt (8) 🌱 Carbassó farcit d'arròs, verdura, tofu i fruita	03 488kcal 04 · Amanida mixta · Guisat eivissenc de peix (tonyina i rap) (4,5,6) · Bescuit de carbassa ecològica 100% i KMO sense sucres afegits (7,9) 🌱 Crema de moniato i porros, truita francesa, xampinyons i fruita	04 488kcal 05 · Crema de verdures 100% ecològica i KMO · Pollastre planxa pagès KMO "FINCA DE N JUANJO" amb cous-cous (9) · Fruita temporada 🌱 Mongetes saltades amb pernil, perca amb tomàtiga i fruita
07 FESTA	08 FESTA	09 496kcal 09 · Sopa de peix amb morralla KMO de la "CONFRARIA DE PESCADORS" (4,5,6) · Cap roig al forn amb pèsols (4,5,6) · Fruita temporada 🌱 Espinacs saltats, llom planxa amb moniato i fruita	10 488kcal 10 · Crema de verdures 100% ecològica i KMO · Pollastre planxa pagès KMO "FINCA DE N JUANJO" amb cous-cous (9) · Fruita temporada 🌱 Mongetes saltades amb pernil, perca amb tomàtiga i fruita	11 510kcal 11 · Consomé d'ossos de pollastre pagès KMO "FINCA DE N JUANJO" · Fideuà de verdures (7,9) · logurt (8) 🌱 Filet de vedella amb espàrrecs, patata bullida i fruita
14 610kcal 14 · Amanida mixta · Paella mixta (4,5,6) · Fruita temporada 🌱 Pasta, verdures, porc i fruita	15 635kcal 15 · Sopa d'au (7,9) · Cap de llom al forn amb verdures · Fruita 100% ecològica i KMO 🌱 Ou, mongetes verdes amb pernil i fruita	16 624kcal 16 · Ciurons amb espinacs. · Truita de patates KMO amb amanida (7) · Flam (8) 🌱 Sopa, peix, verdures i fruita	17 634kcal 17 · Crema de verdures 100% ecològica i KMO. · Croquetes de cuinat amb amanida. (1,2,4,5,6,7,8,9,10, 11,13) · Fruita temporada 🌱 Sopa, peix, verdura i fruita	18 613kcal 18 · Patata KMO a la riojana · Lluç a la planxa amb puré de pastanaga (4,5,6) · Fruita temporada 🌱 Arròs amb llegums i verdura i lacti
21 615kcal 21 · Amanida d'ou (7) · Guisat de lleties amb arròs integral · logurt (8) 🌱 Crema verdures, patata, pollastre i fruita	22 620kcal 22 · Crema de verdures 100% ecològica i KMO · Macarrons integrals 100% ecològics bolonyesa (9) · Fruita 100% Ecològica i KMO 🌱 Sopa, ou, verdura i fruita.	23	24	25
28	29	30	31	01



Vegetarià



KMO



1 Cacauet



3 Sèsam



5 Crustaci



7 Ou



9 Gluten



11 Mostassa



13 Soja



Ecològic



2 Closca de fruits secs



4 Peix



6 Mol·lusc



8 Lactosa



10 Api



12 Sulfits



14 Tramussos