



Menú GENERAL, mes de març de 2026

Els menús inclouen aigua i pa blanc o morè del forn de Sa Creu d'Algaida. Els trempats es fan amb oli d'oliva.

Les hortalisses de temporada del menú són de producció ecològica i de proximitat, de la finca Can Delomo d'Algaida.

2	3	4	5	6	
Festiu	No lectiu	Sopa de bullit	Cuinat de lleties amb verdures	Crema d'espinaçs	
		Hamburguesa de pollastre i vedella a la planxa	Hoki al forn amb salsa espatja	Truita de carabassí patata	
		Patata rostida i ensalada	Arros saltat amb verdures (pebres i pastanaga)	Ensalada de lletuga i axicoria	
		Pera	Taronja	Poma	
		Suggeriment de sopar: Ensalada i truita de patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada de cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Bullidura de patata, verdures i ou / Fruita	
9	10	11	12	13	
Crema de carabassa i llegum	Sopa de gallina i faraona	Arros paella de verdures i carn	Cuinat de ciurons amb verdures	Crema de verdures	
Truita de verdures	Cuinat de pilotes de vedella	Croquetes de pollastre	Palometa a la romana	Pitera de pollastre a la planxa amb picadillo	
Ensalada de lletugues, tomàtiga i blat de les índies logurt	amb pèsols, mongetes, pastanaga i patates	Ensalada de lletuga, pastanaga i remolatxa	Minestra de verdures al vapor	Ensalada de lletuga, escarola i tonyina	
	Poma	Pera	Taronja	Plàtan	
		Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb arros i verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús saltat amb crudités i ciurons / fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i indiòt amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de Verdures y Ensalada variada / Fruita
		Suggeriment de sopar: Bullit de patata i verdures amb ou / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada amb cuscús i lluç a la planxa / Fruita	Suggeriment de sopar: Vedures al forn amb formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Saltat de verdures amb ou a la planxa i pa / Fruita
		Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i truita a la francesa / Fruita	Suggeriment de sopar: Verdures saltades amb fruita seca / Fruita	Suggeriment de sopar: Lluç a la planxa amb patata i verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita
16	17	18	19	20	
Macarrons integrals amb salsa de tomàtiga	Crema de porros i carabassa	Lleties amb patata i verdures	Arros de peix	Crema de verdures i llegum	
Lluç a la planxa amb salsa espalda	Indiòt a la planxa	Truita de patata	Escalop casolà de llom	Bacallà al forn amb salsa verda	
Ensalada de lletuga, tomàtiga i olives	Patata panadera	Ensalada de lletuga, escarola i tonyina	Ensalada de lletuga i endivis	Arros pilaf	
	logurt	Taronja	Plàtan	Poma	
		Suggeriment de sopar: Bullit de patata i verdures amb ou / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada amb cuscús i lluç a la planxa / Fruita	Suggeriment de sopar: Vedures al forn amb formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Saltat de verdures amb ou a la planxa i pa / Fruita
		Suggeriment de sopar: Bullit de patata i verdures amb ou / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada amb cuscús i lluç a la planxa / Fruita	Suggeriment de sopar: Vedures al forn amb formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Saltat de verdures amb ou a la planxa i pa / Fruita
		Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i truita a la francesa / Fruita	Suggeriment de sopar: Verdures saltades amb fruita seca / Fruita	Suggeriment de sopar: Lluç a la planxa amb patata i verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita
23	24	25	26	27	
Sopa de brou de vedella	Cuinat de ciurons amb verdures	Crema de pastanaga i verdures	Arros integral amb salsa a la napolitana	Crema de verdures de temporada	
Salsitxes fresques de pollastre	Hoki a la Biscaina	Escalop casolà de pollastre	Truita a la francesa	Salmó amb panat casolà	
Ensalada variada amb blat de les índies i patata	Arros a les fines herbes	Ensalada variada amb escarola	Montadito de tomàtiga i tonyina	Patata a la gallega	
	Taronja	logurt	Poma	Pera	
		Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i truita a la francesa / Fruita	Suggeriment de sopar: Verdures saltades amb fruita seca / Fruita	Suggeriment de sopar: Lluç a la planxa amb patata i verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita
		Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i truita a la francesa / Fruita	Suggeriment de sopar: Verdures saltades amb fruita seca / Fruita	Suggeriment de sopar: Lluç a la planxa amb patata i verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita
30	31				
Lleties amb verdures	Espaguetis integrals a la bolonyesa				
Truita de patates	Lluç a la planxa amb picadillo d'all i julivert				
Ensalada de tomàtiga i tonyina	Bròquil, pastanaga i pèsols al vapor				
	Poma				

segueix-nos a Instagram



coesma.sl

Disposam de la informació dels al·lèrgens continguts en els menús conforme al RD 126/2015.

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

COESMA Comedores Escolares Mallorquines SL

març 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	Pera	1	0-1-1-0	Compleix
2	Incloure integrals	Incloure	0-0-0-1-0	Compleix
3	PASTA	1	1-1-1-1	Compleix
4	Incloure integrals	Incloure	0-0-1-0-1	Compleix
5	LLEGUMS	1 a 2 (Mínim 6 al mes)	1-2-2-1-1	Compleix
6	HORTALISSES - PATATA	1 a 2	1-2-2-2-0	Compleix
7	CARN	1 a 3	1-2-1-2-0	Compleix
8	Prioritzar carn blanca	Prioritzar	0,5-1-1-2-0	Compleix
9	Preparats càrnis	Màxim 4 al mes	1-1-0-1-0	Compleix
10	OUS	1 a 2	1-1-1-1-1	Compleix
11	PEIX	1 a 3 (Mínim 6 al mes)	1-1-2-2-1	Compleix
12	dels quals, Blau	Alternar	0-1-0-1-0	Compleix
13	ENSALADES	3 a 4	1-3-3-3-1	Compleix
14	ALTRES	1 a 2	2-2-2-2-1	Compleix
15	FRUITA FRESCA DE TEMPORADA	4 a 5	3-4-4-4-2	Compleix
16	YOGUR (<12,3g de sucre/100ml)	0 a 1	0-1-1-1-0	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	1-2-2-2-1	Compleix
20	PRE CUINATS	Màxim 3 al mes	0-1-0-0-0	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 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 i/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.

