|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| DILLUNS 2 | DIMARTS 3 | DIMECRES 4 | DIJOUS 5 | DIVENDRES 6 |
| Bròquil amb carbassa  Filet de polllastre  Fruita del temps | Crema de pèsols  Peix blanc amb orenga  Fruita del temps | Sopa de verdures ( col, ceba i pastanaga ) Truita de patates  Fruita del temps | Seitons enfarinats amb amanida de tomàquet i arròs integral  Iogurt natural | Hummus de remolatxa  Pa amb tomàquet i tonyina  Fruita |
| DILLUNS | DIMARTS 10 | DIMECRES 11 | DIJOUS 12 | DIVENDRES 13 |
| Pèsols amb ceba  Lluç a la planxa  Iogurt natural amb magrana | Crema de carbassa amb pipes  Truita francesa  Fruita del temps | Col amb patata aixafada  Calamarcets  Fruita del temps | Llenties amb carbassa  Fruita del temps amb iogurt natural | Bunyols de bacallà amb amanida  Fruita del temps amb 1 tall de formatge |
| DILLUNS 16 | DIMARTS 17 | DIMECRES 18 | DIJOUS 19 | DIVENDRES 20 |
| Crema de verdures verdes amb crostó s de pa torrat  Truita de carbassa  Fruita del temps | Sopa amb fideus integrals  Peix  Fruita del temps | Amanida d’escarola amb tomàquet cirerol  Ous ferrats amb patata bullida  Iogurt natural | Bròquil amb patata  Cigrons  Fruita del temps | Bolets saltats amb allet  Pa amb tomàquet i formatge  Fruita del temps |
| DILLUNS 23 | DIMARTS 24 | DIMECRES 25 | DIJOUS 26 | DIVENDRES 27 |
| Peix al forn amb patates i verdures ( moniato, ceba, patata)  Fruita del temps | Crema de pèsols i flocs de civada  Truita de carbassa  Fruita del temps. | Escudella vegetal  Hamburguesa de pollastre  Fruita del temps | Pa amb tomàquet  Remenat de bolets  Fruita del temps | Crema de carbassa  Sardinetes al forn  Fruita del temps |
| DILLUNS 30 |  |  |  |  |
| Verdures al forn ( bròquil, moniato, ceba)  Truita francesa  Fruita del temps |  |  |  |  |

* Proposta de sopars realitzats per una Dietista-Nutricionista Colegiada Eva Nuñez Marmol CAT443