

VARIACIONS A LA DIETA

Les intoleràncies i/o al·lèrgies: Es substituirà per altres aliments.



"La proposta del sopar és una recomanació orientativa del menú genèric"



Per qualsevol consulta podeu trucar al telf.
603 872 274 de dill. a div. d'11 a 15h i
demandar per la **Barbara**.

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
DIA 2	DIA 3	DIA 4	DIA 5	DIA 6
• Arròs integral amb tomàquet • Truita d'espínacs amb enciam i blat de moro • Mandarina	• Crema de verdures amb crostons de pa • Lluç al forn amb enciam • Plàtan	• Patata i mongeta verda • Ou durs amb salsa de tomàquet • logurt natural ecològic	• Espaguetis amb orenga, oli d'oliva i formatge • Ventresca de lluç al forn amb pastanaga • Poma	• Patata i mongeta seca • Nuggets de bròquil • Pera
SO-PAR Mongeta verda i patata / Pernil a la planxa amb pastanaga ratllada / Mduixes	SO-PAR Cigrons amb pastanaga / Hamburguesa vegetal de bolets i civada / Kiwi	SO-PAR Pasta integral amb verdures / Truita de pernil amb enciam / Mandarina	SO-PAR Patata, pastanaga i pèsols / Lluç a la planxa amb tomàquet / Pinya	SO-PAR Torrada amb escalivada i tonyina / Taronja
DIA 9	DIA 10	DIA 11	DIA 12	DIA 13
• Patata, mongeta verdai pastanaga • Truita de formatge amb enciam i olives • Kiwi	• Sopa de verdures amb pistons • Hamburguesa vegetal amb enciam • Plàtan	• Arròs amb tomàquet • Bacallà al forn amb enciam • logurt Natural	• Patata i fesols • Brunyols de bacallà amb enciam i tomàquet • Mandarina	• Crema de verdures • Macarrons integrals amb sofregit vegetal • Poma
SO-PAR Sopa de pasta / Fesolets amb verdures / Plàtan	SO-PAR Patata i mongeta tendra / Seitons arrebossats amb amanida / Pinya	SO-PAR Col-i-flor gratinada / Truita de farina amb tomàquet / Taronja	SO-PAR Crema de carbassa / Pollastre a la planxa amb pastanaga ratllada i pa integral/ Poma	SO-PAR Endívies amb formatge fresc / Ou ferrat amb patates rosses / Mandarina
DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19	DIA 20
• Minestra de verdures • Truita de patata amb enciam i pastanaga • Taronja	• Crema de moniato, carbassa i porro • Fideus a la cassola amb calamar • Pera	• Cigrons amb patata • Ou dur amb enciam • logurt natural	• Arròs amb tomàquet • Salmó al forn amb enciam i olives • Kiwi	• Sopa de brou amb pistonets • Nuggets de bròquil amb pastanaga rallada i tomàquet • Poma
SO-PAR Cuscús amb verdures / Lluç al forn amb ceba i tomàquet / Poma	SO-PAR Sopa d'arròs / Puré de llegums / Plàtan	SO-PAR Bledes saltejades amb pernil / Verat al forn amb arròs salvatge / Mduixes	SO-PAR Amanida de favetes amb gambes / Pinya	SO-PAR Espàrrecs a la brasa / Crepes de pernil i formatge / Taronja
DIA 23	DIA 24	DIA 25	DIA 26	DIA 27
• Arròs integral amb tomàquet • Truita de carbassó amb enciam i olives • Taronja	• Ensaladilla russa • Peix arrebossat amb enciam • logurt natural ecològic	• Bròquil amb patata • Lluç a la marinera • Poma	• Patata i mongeta seca • Hamburguesa vegetal amb enciam • Mandarina	• Amanida de tomàquet, formatge fresc i olives • Macarrons amb sofregit vegetal • Pera
SO-PAR Amanida de patata, ceba i pebrot / Bacallà amb salsa	SO-PAR Espàrrecs a la brasa / Pa amb tomàquet amb sardines al forn / Kiwi	SO-PAR Escalivada / Tofu arrebossat amb amanida / Pa integral / Mandarina	SO-PAR Pizza casolana de tonyina i verdures / Plàtan	SO-PAR Llenties amb verdures / Pa integral / Mduixes
DIA 30	DIA 31			
FESTA	FESTA			
SO-PAR	SO-PAR	SO-PAR	SO-PAR	SO-PAR