


























































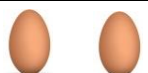








































GUIA DE RACIONS PER L'AUTOGESTIÓ

	P3		P4		P5	
	mínim	màxim	mínim	màxim	mínim	màxim
LLEGUM						
VERDURA						
HAMBURGUESA	1	1,5	1	1,5	1	1,5
GALL DINDI	0,5 filets	1	0,5 filets	1	0,5 filets	1
PIT DE POLLASTRE	1 filet	1,5	1 filet	1,5	1 filet	1,5
POLLASTRE						
PEIX	1 filet	1,5	1 filet	1,5	1 filet	1,5
PURES						
ARRÒS						
PASTA						
PA	1	1	1	1	1	1
OUS						
CROQUETES	2	3	2	3	2	4
MANDONGUILLES	2	3	2	3	2	4
BUNYOLS	3	4	3	4	4	5
LÀCTICS						
FRUITA	1	1	1	1	1	1
SALSITXES	2	2	2	2	2	3

GUIA DE RACIONS PER L'AUTOGESTIÓ

	1er		2n		3er	
	mínim	màxim	mínim	màxim	mínim	màxim
LLEGUM						
VERDURA						
HAMBURGUESA	1	1,5	1	1,5	1	1,5
GALL DINDI	0,5 filets	1	0,5 filets	1	0,5 filets	1
PIT DE POLLASTRE	1 filet	1,5	1 filet	1,5	1 filet	1,5
POLLASTRE						
PEIX	1 filet	1,5	1 filet	1,5	1 filet	1,5
PURES						
ARRÒS						
PASTA						
PA	1	2	1	2	1	2
OUS						
CROQUETES	2	4	3	4	3	4
MANDONGUILLES	3	5	3	5	3	5
BUNYOLS	4	6	4	6	4	6
LÀCTICS						
FRUITA	1	1	1	1	1	1
SALSITXES	2	3	2	3	2	3

GUIA DE RACIONS PER L'AUTOGESTIÓ

	4t		5è		6è	
	mínim	màxim	mínim	màxim	mínim	màxim
LLEGUM						
VERDURA						
HAMBURGUESA	1	2	1	2	1	2
GALL DINDI	1 filet	1,5	1 filet	1,5	1 filet	1,5
PIT DE POLLASTRE	1 filet	2	1 filet	2	1 filet	2
POLLASTRE						
PEIX	1 filet	2	1 filet	2	1 filet	2
PURES						
ARRÒS						
PASTA						
PA	1	2	1	2	1	2
OUS						
CROQUETES	3	4	3	4	3	4
MANDONGUILLES	3	5	3	6	3	6
BUNYOLS	4	6	5	7	5	8
LÀCTICS						
FRUITA	1	1	1	1	1	1
SALSITXES	2	3	2	3	2	3