# PROGRAMACIÓ MENÚS BASAL – Desembre'19

Menús elaborats, valorats i revisats per **Sònia Vilà Renart**
(Diplomada en Nutrició humana i Dietètica CAT000022 i AEDN 803)

***Preu Menú diari 6'5 €/persona***

***Cal avisar fins a les 10:40h***

***Es fan menús per emportar per tothom***

| Dilluns 2 | Dimarts 3 | Dimecres 4 | Dijous 5 | Divendres 6 |
|---|---|---|---|---|
| Moniato amb allioli de pera<br>Quiche de porro i mozzarrella<br>Kiwi | Wok d'arròs amb verdures<br>Tonyina en escabetx<br>Poma | Xampinyons a l'estil tropical<br>Llenties estofades amb xoriço<br>Crema de vainilla | Timbal de quinoa, alvocat i salmó<br>Aletes de pollastre amb amanida verda<br>Mandarines | |
| **Dilluns 9** | **Dimarts 10** | **Dimecres 11** | **Dijous 12** | **Divendres 13** |
| Pizza integral de carbassó, xampinyons i tomàquets xerris<br>Cua de rap al txakoli<br>Plàtan | Hummus de bròcoli amb bastonets de pa<br>Macarrons amb carn picada i beixamel<br>Taronja | Rotllets de verdures amb pasta d'arròs<br>Lluç amb salsa verda<br>Poma | Puré de patata gratinat<br>Crema de bolets amb ous de guatlla<br>Iogurt de fruites | Albergínia amb camembert i mel de mostassa<br>Cuscús amb verdures i cigrons<br>Pinya natural |
| **Dilluns 16** | **Dimarts 17** | **Dimecres 18** | **Dijous 19** | **Divendres 20** |
| Carpaccio d'alvocat amb salsa rosa<br>Mongeta blanca amb bacallà i espinacs<br>Mandarines | Crema de verdures amb sèsam negre<br>Arròs tres delícies amb truita francesa<br>Pera | Escudella<br>Carn d'olla amb verdures<br>Raïms | Amanida cèsar<br>Pastís de peix<br>Taronja amb xocolata | Canelons d'espinacs<br>Pollastre rostit amb prunes<br>Assortit de torrons |
| **Dilluns 23** | **Dimarts 24** | **Dimecres 25** | **Dijous 26** | **Divendres 27** |
| | | | | |
| **Dilluns 30** | **Dimarts 31** | **Dimecres 1** | **Dijous 2** | **Divendres 3** |
| | | | | |
| | | | | |