

## RECOMANACIONS SOPAR:



<b>Dilluns 8</b>	<b>Dimarts 9</b>	<b>Dimecres 10</b>	<b>Dijous 11</b>	<b>Divendres 12</b>
Verdura	Verdura	Amanida	Verdura	Pasta (sopa)
Carn blanca	Peix blau	Proteïna vegetal	Ou	Peix blanc
Postre làctic	Fruita	Fruita	Fruita	Postre làctic
<b>Dilluns 15</b>	<b>Dimarts 16</b>	<b>Dimecres 17</b>	<b>Dijous 18</b>	<b>Divendres 19</b>
Verdura	Verdura	Pasta (sopa)	Verdura	Amanida
Peix blau	Proteïna vegetal	Peix blanc	Ou	Carn blanca
Postre làctic	Fruita	Fruita	Fruita	Postre làctic
<b>Dilluns 22</b>	<b>Dimarts 23</b>	<b>Dimecres 24</b>	<b>Dijous 25</b>	<b>Divendres 26</b>
Pasta (sopa)	Verdura	Amanida	Verdura	Verdura
Peix blau	Proteïna vegetal	Peix blanc	Ou	Carn blanca
Postre làctic	Fruita	Fruita	Fruita	Postre làctic
<b>Dilluns 29</b>	<b>Dimarts 30</b>	<b>Dimecres 31</b>	<b>Dijous 1</b>	<b>Divendres 2</b>
Verdura	Verdura	Pasta (sopa)	Amanida	Verdura
Carn blanca	Ou	Peix blau	Proteïna vegetal	Peix blanc
Postre làctic	Fruita	Fruita	Fruita	Postre làctic

