

RECOMANACIONS SOPARS:

JUNY



VALORS
somvalors.com
Telf. 934 274 734



Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5	Dijous 6	Divendres 7
Verdura	Pasta (sopa)	Amanida	Verdura	Verdura
Ou	Peix blanc	Carn blanca	Proteïna vegetal	Peix blau
Postre làctic	Fruita	Postre làctic	Fruita	Fruita
Dilluns 10	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
Pasta (sopa)	Verdura	Verdura	Verdura	Amanida
Peix blanc	Ou	Proteïna vegetal	Carn blanca	Peix blau
Postre làctic	Fruita de temporada	Fruita	Fruita	Postre làctic
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19	Dijous 20	Divendres 21. Festa al pati!
Verdura	Verdura	Pasta (sopa)	Verdura	Amanida
Proteïna vegetal	Carn blanca	Peix blanc	Ou	Peix blau
Fruita	Postre làctic	Fruita	Postre làctic	Fruita



@somvalors
www.somvalors.com

Revisat per Sònia Rosell Ferrer CAT001844
Graduada en Nutrició Humana i Dietètica