

RECOMANACIONS SOPAR:

MAIG

VALORS  
somvalors.com  
Telf. 934 274 734

**Llegenda d'al·lèrgens**  
Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.

|                    |                     |                |                  |                     |                 |                      |                  |                      |                      |                              |                     |                       |                   |
|--------------------|---------------------|----------------|------------------|---------------------|-----------------|----------------------|------------------|----------------------|----------------------|------------------------------|---------------------|-----------------------|-------------------|
| <b>B</b><br>Gluten | <b>L</b><br>Làctics | <b>O</b><br>Ou | <b>S</b><br>Soja | <b>D</b><br>Sulfits | <b>A</b><br>Api | <b>W</b><br>Mostassa | <b>P</b><br>Peix | <b>M</b><br>Mol·lusc | <b>C</b><br>Crustaci | <b>F</b><br>Fruits de closca | <b>K</b><br>Cacauet | <b>T</b><br>Tramussos | <b>G</b><br>Sèsam |
|--------------------|---------------------|----------------|------------------|---------------------|-----------------|----------------------|------------------|----------------------|----------------------|------------------------------|---------------------|-----------------------|-------------------|

| Dilluns 4     | Dimarts 5     | Dimecres 6       | Dijous 7         | Divendres 8   |
|---------------|---------------|------------------|------------------|---------------|
| Verdura       | Amanida       | Amanida          | Pasta (sopa)     | Verdura       |
| Carn blanca   | Peix blanc    | Proteïna vegetal | Peix blau        | Ou            |
| Fruita        | Postre làctic | Fruita           | Fruita           | Postre làctic |
| Dilluns 11    | Dimarts 12    | Dimecres 13      | Dijous 14        | Divendres 15  |
| Verdura       | Amanida       | Pasta (sopa)     | Verdura          | Amanida       |
| Carn blanca   | Peix blanc    | Ou               | Carn blanca      | Peix blau     |
| Fruita        | Fruita        | Postre làctic    | Fruita           | Postre làctic |
| Dilluns 18    | Dimarts 19    | Dimecres 20      | Dijous 21        | Divendres 22  |
| Verdura       | Amanida       | Pasta (sopa)     | Verdura          | <b>FESTIU</b> |
| Peix blau     | Ou            | Peix blanc       | Proteïna vegetal |               |
| Postre làctic | Fruita        | Postre làctic    | Fruita           |               |
| Dilluns 25    | Dimarts 26    | Dimecres 27      | Dijous 28        | Divendres 29  |
| Verdura       | Amanida       | Pasta (sopa)     | Verdura          | Amanida       |
| Carn blanca   | Peix blanc    | Ou               | Proteïna vegetal | Peix blau     |
| Fruita        | Postre làctic | Fruita           | Postre làctic    | Fruita        |