

MENÚ ESTÀNDARD

Menú	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Menú A	Arròs bullit caldós Lluç al forn amb verdures (carbassó, tomàquet i ceba)	Sopa amb meravella Hamburguesa de pollastre amb pastanaga saltada	Macarrons amb sofregit de ceba i tomàquet Gall dindi a la planxa	Crema de d'espínacs Pollastre amb suc (ceba, tomàquet i pastanaga)	Crema de lleties Truita a la francesa
Menú B	Arròs amb verdures (xampinyons, ceba, carbassó i pèsols) Llom de lluç al forn amb salsa de tomàquet	Escudella i carn d'olla (sopa amb fideus, pilota amb carn mixta, pollastre, patata, pastanaga)	Crema de verdures de temporada Gall dindi a la planxa	Tallarines amb xampinyons Vedella estofada	Pèsols amb patates Truita a la francesa
Menú C	Crema de carbassa Lluç al forn amb patates	Ensaladilla (patata, mongeta, pastanaga i pèsol) Pollastre rostit	Puré de cigrons Gall dindi estofat amb verdures	Sopa amb pasta Llom de porc amb verdures	Arròs amb lleties guisadetes Truita a la francesa
Menú D	Mongeta tendra amb patata Lluç al forn amb salseta	Espaguetis amb sofregit de ceba i tomàquet Pollastre a la planxa	Guisat de cigronets amb pastanaga i carbassó Vedella amb salseta	Sopa de fideus Estofat de gall dindi amb verdures (ceba, tomàquet, pastanaga i carbassó)	Arròs amb salsa de tomàquet Truita a la francesa amb pastanaga
Menú E	Arròs caldós amb bròquil Lluç al forn amb salsa	Sopa de pistons Hamburguesa de vedella amb samfaina (tomàquet, carbassó i albergínia)	Puré de carbassó i pastanaga Pollastre rostit	Macarrons amb sofregit de ceba i tomàquet Gall dindi al forn amb suquet de tomàquet i ceba	Lleties estofades amb pastanaga, coliflor, ceba i tomàquet Truita a la francesa

Cada dia de postre hi haurà fruita de temporada i els dimecres iogurt natural sense sucre.

Menús supervisats per **Sílvia Gutiérrez Dietista-Nutricionista Col·legiada CAT636**

Alimentació infantil, embaràs i lactància
c/Sant Oleguer.50, Sabadell, BCN

www.silviadiets.com



MENÚ TRITURAT, ESMORZARS I BERENARS

Menú	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Triturats	Triturat de brou vegetal, verdures variades i patata amb vedella	Triturat de brou vegetal, verdures variades i patata amb pollastre	Triturat de brou vegetal, verdures variades i patata amb ou dur	Triturat de brou vegetal, verdures variades i patata amb gall d'indi	Triturat de brou vegetal, verdures variades i patata amb lluç
Esmorzars	Pa amb embotit Llet	Pa amb embotit Llet	Pa amb embotit Llet	Pa amb embotit Llet	logurt amb galetes
Berenars	logurt amb galetes	Llet amb cereals	Pa amb embotit i fruita	Let amb cereals	Pa amb embotit Llet

La llet és de vaca i sencera. El iogurt és natural i sense sucre. Els cereals són sense sucres afegits o amb molt poc contingut de sucres.

Les verdures del triturat són variades, segons temporada i dia, són les següents: pastanaga, porro, mongeta tendra, ceba, carbassó, carbassa, bròquil, coliflor,...