

TARDOR 2020	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>DINAR 1^a setmana 10-11 Setembre 5-9 Octubre 2-6 Novembre 30 Nov/1-4 Des.</p>	<p>Amanida mixta Macarrons integrals amb salsa bolonyesa Fruita</p>	<p>Crema de verdures Peix al forn amb moniato, ceba i carbassó Fruita</p>	<p>Llenties amb verdures Pollastre al forn y amanida amb formatge fresc Iogurt </p>	<p>Sopa de peix amb arròs Bullit de peix amb patates i verdures Fruita</p>	<p>Amanida pagesa amb ou Croquetes de pollastre amb verdures Fruita</p>
<p>DINAR 2^a setmana 14-18 Setembre 13-16 Octubre 9-13 Novembre 9-11 Desembre</p>	<p>Sopa de pollastre amb fideus Llom adobat i samfaina de verdures amb salsa de tomàquet natural Fruita</p>	<p>Arròs amb salsa de tomàquet Peix "a la papillota" amb verdures Fruita</p>	<p>Amanida de cigrons amb tonyina Pollastre al forn amb patates i verdures Iogurt </p>	<p>Amanida mixta amb olives Fideuà de peix Tr: Fruita</p>	<p>Menú thai Rotllets de verdures Pollastre al curri amb arròs blanc Fruita</p>
<p>DINAR 3^a setmana 21-25 Setembre 19-23 Octubre 16-20 Novembre 14-18 Desembre</p>	<p>Bròquil gratinat amb formatge Gall d'indi estofat amb patates Fruita</p>	<p>Crema de carbassó Peix arrebossat amb amanida mixta Iogurt </p>	<p>Menú Ecològic Arròs integral amb cigrons i verdures eco Truita francesa amb rodanxes de tomàquet eco Fruita ecològica</p>	<p>Amanida de pasta integral amb pernil dolç i formatge Peix al forn amb verdures Fruita</p>	<p>Sopa de pollastre amb estrelletes Wok de pollastre amb verdures Fruita</p>
<p>DINAR 4^a setmana 28-30 Set/1-2 Oct. 26-30 Octubre 23-27 Novembre 21-22 Desembre</p>	<p>Pèsols amb pernil serrà Hamburguesa de vedella amb formatge i amanida Fruita</p>	<p>Amanida de pollastre amb poma Guisat de peix amb verdures i patates Iogurt </p>	<p>Tomàquet amb formatge fresc i olives Llenties amb verdures, pollastre i patata Fruita</p>	<p>Amanida amb alvocat Arròs marinera amb gambes i peix Fruita</p>	<p>Menú italià Alberginia parmigiana Pasta "al pesto" Fruita</p>

* Menús adaptats al nou Reglament 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 25 d'Octubre de 2011 sobre informació alimentària facilitada al consumidor.

* Indicació d'al·lèrgens en productes alimentaris i plats elaborats.

*Tots els menús es serveixen amb pa Tr: (Pa multi cereals un cop per setmana Tr:)

SONIA TORRES ABASCAL
DIETISTA-NUTRICIONISTA
COL.LEGIADA: IB0029



avis

Nota: Aquests menús no estan adaptats a al·lèrgies alimentàries, intoleràncies o malalties específiques. Per ser completament equilibrat és necessari que a casa es continui amb una alimentació sana i variada.