

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Diplomada en Nutrición Humana y Dietética
Cristina López Hernández
Nº de Colegiada:
CAT000304 

FELIÇ ANY NOU!!!

01

04

05

06

07

08

11

Crema de carbassa
Hamburguesa vegetal a la planxa amb xips de carxofa
Fruita del temps + Pa blanc/integral

12

Arròs a la cubana
Salmó a la planxa amb amanida d'enciam, pastanaga i blat de moro
Fruita del temps ecològica + Pa blanc/integral

13

Macarrons carbonara (sense soia)
Filet de pollastre al forn amb amanida d'enciam, blat de moro i olives
Fruita del temps + Pa blanc/integral

14

Sopa minestrone
Truita de patata i ceba amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro
logurt natural + Pa blanc/integral

15

Carbassó gratinat (sense soia)
Magra de porc al forn amb tomàquet provençal (sense soia)
Fruita del temps + Pa blanc/integral

18

Tallarins integrals napolitana
Varetes de lluç (sense soia) amb pebrot i ceba al forn amb amanida d'enciam, blat de moro i pastanaga
Fruita del temps + Pa blanc/integral

19

Sopa d'au amb pollastre, ou dur i tapioca
Mandonguilles de vedella de la Plana de Vic (sense soia) amb salsa de tomàquet i daus de carbassó
Fruita del temps + Pa blanc/integral

20

Patates estofades amb verdures (sense pèsols ni mongeta verda)
Truita francesa amb formatge i amanida d'enciam, olives i brots
Fruita del temps + Pa blanc/integral

21

Bròquil, patata i pastanaga al vapor i oli d'all
Pit de gall dindi a la planxa amb all i julivert amb amanida d'enciam i tomàquet
logurt natural + Pa blanc/integral

22

Arròs amb verdures (sense pèsols ni mongeta verda)
Cua de rap a la biscaïna
Suc de taronja natural acabat d'esprémer + Pa blanc/integral

25

Patates estofades amb verdures (sense pèsols ni mongeta verda)
Truita francesa amb amanida d'enciam, blat de moro i olives
Fruita del temps + Pa blanc/integral

26

Sopa de l'àvia amb galets
Mandonguilles (sense soia) de la Plana de Vic amb salsa de tomàquet
Fruita del temps ecològica + Pa blanc/integral

27

Arròs a la milanesa (sense soia)
Filet de contracuixa de gall dindi amb amanida d'enciam i tomàquet
Fruita del temps + Pa blanc/integral

28

Coliflor saltada amb patata
Lluç a la planxa amb amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural + Pa blanc/integral

29

Crema de carbassó ecològica
Espaguetis integrals amb xampinyons i chia
Fruita del temps + Pa blanc/integral