


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 verdures ecològiques
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
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

*Cigrons estofats vegetarians
Magra de porc al forn amb tomàquet
provençal
Fruita del temps + Pa blanc/integral*

18

*Tallarins integrals napolitana
Croquetes de pernil 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
amb salsa de tomàquet i daus de carbassó
Fruita del temps + Pa blanc/integral*

20

*Mongetes blanques amb verdures
Truita francesa amb formatge i amanida
d'enciam, olives i brots
Fruita del temps + Pa blanc/integral*

21

*Mongeta verda, 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
Cua de rap a la biscaina
Suc de taronja natural acabat d'esprémer + Pa
blanc/integral*

25

*Llenties ecològiques amb verdures
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 de la Plana de Vic a la
jardinera
Fruita del temps ecològica + Pa
blanc/integral*

27

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

28

*Minestra de verdures
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*