


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

12

13

14

15

Crema de verdures ecològiques  
Gall dindi al forn amb xips de carxofa  
Fruita del temps + Pa blanc/integral

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

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

Sopa minestrone (pasta sense ou)  
Rodó de vedella al forn amb amanida  
d'enciam, tomàquet i blat de moro  
logurt natural + Pa blanc/integral

Cigrons estofats vegetarians  
Magra de porc al forn amb tomàquet  
provençal (sense ou)  
Fruita del temps + Pa blanc/integral

18

19

20

21

22

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

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

Mongetes blanques amb verdures  
Llom a la planxa amb amanida d'enciam,  
olives i brots  
Fruita del temps + Pa blanc/integral

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

Arròs amb verdures  
Cua de rap a la biscaina  
Suc de taronja natural acabat d'esprèmer + Pa  
blanc/integral

25

26

27

28

29

Llenties ecològiques amb verdures  
Llom a la planxa amb amanida d'enciam, blat  
de moro i olives  
Fruita del temps + Pa blanc/integral

Sopa de l'àvia amb galets sense ou  
Mandonguilles (sense ou) de la Plana de Vic  
a la jardinera  
Fruita del temps ecològica + Pa  
blanc/integral

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

Minestra de verdures  
Lluç a la planxa amb amanida d'enciam i  
pastanaga  
logurt natural + Pa blanc/integral

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