

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
		Ou planxa amb molles de coliflor i salsa de tomàquet natural + pa integral	Peix blanc : lluç, bacallà, rap, llenguado... amb crema de carbassa i moniato o patata al forn	Pollastre cruixent (arrebossat amb flocs de blat de moro i al forn) amb xampinyons
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
Truita de formatge o ous durs amb crema de carbassó+ pa integral	Faixeta tipo "pizza" amb tomàtic, pernil dolç , xampinyons	Pollastre amb salsa de verdures+ Arròs o quinoa	Hamburguesa de peix amb ensalada	Ous durs farcits de tonyina o d'alvocat + ensalada de tomàtic + pa integral
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
Pollastre i patata al forn + ensalada de tomàtic	Espaguetis de carabassó amb bolonyesa	Hamburguesa de llegum + ensalada i pa integral	Faixetes integrals tipus burret amb pollastre i alvocat o guacamole	Pastís de verdures amb ou + pa integral
DILLUNS 30				
Mini pizzas de xampinyons o albergínia o carbassó				

Beure : Aigua

Postres : fruita de temporada o lacti (pot ser iogurt natural amb fruita dins o gelat saludable fet amb iogurt i fruita)

Menú revisat per Lotti Vidal Hiscock , Dietista-Nutricionista. Nº Col.IB00191 . info@lottisnutricion.com



Al.lèrgies o intoleràncies alimentàries : Al servei de menjador disposem d'información sobre els al.lergògens que conté cada producte