

Menú Setmanal



	Dia 1	Dia 2	Dia 3	Dia 4
Dinar	- Saltat de cigrons amb espinacs frescos pinyons i panses - Ensalada de melò amb arròs integral i llavors de sésamo - Meló d'alger amb llima	- Verdures farcides amb salsa d'anous - Ensalada d'espinacs, poma i formatge - Meló amb iogurt	- Quiche de faves i porros sense gluten - Guisat de verdures - Mousse ràpida de taronja	- Albergines al forn - Pastís de xampinyons - Poma
Sopar	- Ensalada de cebes morades, taronges i olives - Pèsols amb menta - Crema de iogurt i kiwi	- Guisat de xampinyons i tomaques amb olivada - Medallons de lletilles amb iogurt - Merengues amb fruites fresques	- Pa de pita amb paté d'albergina (sense sal) - Crema de porros i peres - Quallada de maduixa	- Gaspatxo ajoblanco - Fesols amb tomaca - Compota de ruibarbre amb crema de brull