

Menú Setmanal



	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
Desdejuni	- Iogurt desnatat - Pinya	- Scones de formatge sense gluten - Meló d'Alger	- Pomelo - Iogurt amb fruita	- Coquetes d'arròs amb mel - Pera	- Iogurt amb musli casolà sense gluten - Prunes seques	- Rsoquilles de mel sense gluten - Iogurt amb musli casolà sense gluten	- Mango groc - Prunes seques
Dinar	- Espinacs amb panses i pinyons - Albergines al forn - Plàtan	- Crema freda d'api amb taronja - Creïlles al vapor en papillota - Brownies de cacau i remolatxa	- Crema freda de llentilles - Verdura al forn amb crema de cigrons (sense sal) - Tarta de llima	- Ensalada amb salsa de iogurt - Ensalada de tomata - Flam de quefir amb fruites	- Pésols amb menta - Curri de carabassa i creïlla - Crema de iogurt i kiwi	- Bròquil a la planxa amb vinagreta de cacauets - Estofat de carabasseta - Sorbet de llima	- Llentilles adobades - Arròs al forn - Batut de iogurt i canella
Berenar	- Suc de carlota i taronja - Bescuits de taronja i xocolata	- Cake de carlota i xocolata (sense gluten) - Pinya	- Batut de plàtan i iogurt - Pomelo	- Coquetes d'arròs amb mel - Llet	- Te fred - Batut de poma i pinya	- Coquetes d'arròs amb mel - Suc de pomelo amb mel	- Iogurt desnatat amb anous i trossets de poma - Meló
Sopar	- Ensalada de fenoll, taronja i ruca - Verdures farcides amb salsa d'anous - Raïm	- Ensalada amb meló, germinats i pamesà - Ensalada de verdures torrades - Mango groc	- Bombes de carxofes - Albergines al forn - Mousse de tofu amb prunes	- Creïlles al vapor en papillota - Pésols amb menta - Kiwi	- Ensalada variada amb vinagreta tibia - Ensalada de mango i pinyons - Pastís de xocolata sense gluten	- Bombes de carxofes - Carabassetes gratinades amb formatge - Meló	- Suc bicolor de comí, col roja, remolatxa, bròquil i pera - Saltat de bròquil, carabassa i tofu - Meló