

Menú Setmanal



	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
Desdejuní	- Pan integral de espelta con nueces - Pa integral amb margarina i melmelada	- Pa amb formatge fresc - Batut de poma i pinya	- Macedònia de fruites - Mandarina	- Llet de soja amb cereals sense lactosa - Pa integral amb brull i melmelada	- Coquetes d'arròs amb pernil de titot - Pastís de llima i llavors de rosella	- Biscota amb oli - Pan integral de espelta con nueces	- Quefir amb bresquilla i cereals integrals - Biscotes integrals amb formatge fresc
Dinar	- Ensalada amb meló, germinats i parmesà - Truita de carabasseta (sense sal) - Quallada amb mel	- Empanada de llegums i verdures - Pasta de colors amb tonyina - Bresquilles amb iogurt i vinagre de mòdena	- Llagostins amb flocs de dacsa - Fesols amb tomaca - Carabassa glassejada.	- Crudités amb salsa de iogurt - Arròs amb verdures i anous - Mousse ràpida de taronja	- Bajoques amb salsa d'ametles i copinyes - Tonyina al forn - Pera	- Sopa freda de tomaca i carlota - Pastís de verdures - Macedònia de fruites	- Crepes de puré de creïlla - Emperador amb vi blanc - Macedònia de fruites
Berenar	- Pa amb oli - Batut de plàtan i iogurt desnatat	- Biscotes amb formatge fresc - Iogurt desnatat amb prunes seques	- Meló d'Alger - Suc de pomelo	- Pa de cereals amb oli i tomata - Pa integral amb formatge fresc	- Galletes Maria - Pa integral amb mel	- Suc de pomelo amb mel - Infusió de menta fresca i mel	- Barreta de cereals integrals - Coquetes d'arròs amb pernil de titot
Sopar	- ensaladilla a mi manera - Guisat de xampinyons i tomaques amb olivada - Pastís de xocolata	- Llavors de carabassa torrades - Làmines de carabasseta amb verdures (sense sal) - Raïm	- Sopa de verdures amb llesques de raves - Cintes de carabasseta farcides de tomaca, olives i formatge de c - Beguda de meló i albericocs	- Sopa de marisc - Bròquil a la planxa amb vinagreta de cacauets - Pastís sense massa de cireres	- Albergines farcides de verdures (sense sal) - Albergines al forn - Peres en almívar infusionades amb canella	- Puré de carabasseta - Carpaccio de carabasseta - Meló al porto	- Vieires amb suc de fesols negres - Tempura de verdures (sense gluten) - Plàtan