

Menú Setmanal



	Dia 1	Dia 2	Dia 3	Dia 4
Desdejuní	- Iogurt desnatat amb prunes seques - Entrepà integral de formatge	- Batut d'albercocs i prunes	- Batut de plàtan i iogurt	- Coquetes amb sèrum de llet i móres - Biscotes amb formatge fresc
Dinar	- Puré de carabasseta - Cuscús de bròquil amb pits de pollastre	- Saltat de bròquil, carabassa i tofu - Pollastre guisat	- Coquetes de carabassa - Albergines marinades amb ruca, orenga i alfàbega	- Esalada d'escarola amb olives negres i taronja - Espaguetis amb carabasseta - Poma
Berenar	- Poma - Beguda de maduixa i meló d'Alger	- Iogurt amb musli	- Compota de poma - Llet desnatada	- Suc de pinya - Batut de iogurt amb taronja i poma
Sopar	- Llentilles roges en ensalada - Mandonguilles de xampinyons	- Samfaina - Alubias con pimientos rojos asados y sardinillas	- pollo con patatas guisado - Pésols amb menta	- Cards a l'aragonesa - Llesques amb albergina - Gelatina de cava amb maduixa