

Menú Setmanal



	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
Desdejuní	- Pa integral amb oli i tomaca natural - Pa integral amb formatge fresc	- Beguda de maduixa i meló d'Alger - Batut de plàtan i iogurt	- Torrada amb melmelada - Scones de poma i canella	- Pa de motle sense lactosa amb tofu i rodanxes de tomata - Suc de taronja natural	- Pa de cereals amb tofu i rodanxes de tomata - Quefir amb bresquilla i cereals integrals	- Iogurt desnatat amb prunes seques - Pan integral de espelta con nueces	- Pa amb pernil i tomaca natural - Pera
Dinar	- Làmines de carabasseta amb verdures (sense sal) - Sèpia marinada en coriandre - Beguda de meló i albericocs	- Crema de carabassa i castanyes amb llavors de sésam - Emperador amb vi blanc - Arròs amb llet d'orxata	- Sopa de cloïses amb quinoa - Pasta amb prunes - Sorbet de cava, taronja i llima	- Crema de tomata - Coquetes de carabassa - Mousse ràpida de taronja	- Suc xispejant de carlota, kiwi, pimentó groc, gingebre i llima - Escalopines de titot amb llima - Pinya caramel·litzada	- Rotllets d'espínacs i formatge - Calamars amb ceba - Batut de iogurt i canella	- Rotlle de carabassetes - Pits de titot amb verdures - Peres en almívar infusionades amb canella
Berenar	- Suc de taronja natural - Suc de fruita natural	- Biscotes amb formatge fresc - Pa integral amb mel	- Batut reanimador de prunes, taronges i gerds - Bescuit casolà s/g	- Iogurt sense lactosa amb musli casolà - Pa amb oli i pernil salat	- Bescuit casolà s/g - Batut de plàtan i iogurt desnatat	- Poma - Entrepà integral de pernil de York	- Prunes seques - Iogurt amb fruita
Sopar	- Barquetes germinades - Bajoques amb salsa d'ametles i copinyes - Merengues amb fruites fresques	- Crema de carlota amb clòtxines - Ensalada de colors - Llimonada de pinya	- Empanada de llegums i verdures - Carxofes amb llima - Maduixa	- Verdures farcides amb salsa d'anous - Carabassa fregida amb salsa de soja - Peres amb vi i mel	- Ensalada de tomata - Ensalada temperada de carabasseta i bajoques - Mousse ràpida de taronja	- ensaladilla a mi manera - Bròquil a la planxa amb vinagreta de cacauets - Raïm	- Ensalada de poma i maduixes - Barquetes germinades - Peres en almívar infusionades amb canella