



















Menú mensual enero 2024 - Dieta Basal

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 VACANCES	2 VACANCES	3 VACANCES	4 VACANCES	5 VACANCES
8  Menestra saltejada amb patata i ceba Rodó de gall d'indi amb salsa Tomàquet, blat de moro i olives Fruita fresca Pa	9  Cigrons saltejats amb alls i espinacs Ous cuits amb beixamel Pastanaga bullida Fruita fresca Pa	10  Tallarines amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Caçó a la biscaina Espàrrecs blancs amb maionesa Iogurt sabor Pa	11  Mongetes blanques amb menestra Pollastre amb tomàquet i ceba Carbassó al forn Fruita fresca Pa	12  Paella de verdures Salmó al forn amb salsa tàrtara Amanida de tomàquet i olives Fruita fresca Pa
15  Trinxat de la Cerdanya Pollastre arrebossat Patates fregides Fruita fresca Pa	16  Llenties amb verdures Ous cuits a la jardineria Pastanaga bullida Fruita fresca Pa	17  Llaçets amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Salmó amb ceba i porro Tomàquet, cogombre i pastanaga Fruita fresca Pa	18  Patates a "lo pobre" Pernillets de pollastre al forn Amanida d'enciam, tomàquet i olives Iogurt sabor Pa	19  Arròs tres delícies Cap-roig a la donostiarra Amanida d'enciam i blat de moro Fruita fresca Pa
22  Macarrons al pesto amb formatge ratllat Rap en salsa de porros Carbassó a la planxa Fruita fresca Pa	23  Mongetes blanques amb menestra Truita de xampinyons amb ceba Amanida d'enciam i olives Fruita fresca Pa	24  Paella de verdures (sense pèsols) Pollastre rostit amb tomàquet i ceba Pastanaga bullida Iogurt sabor Pa	25  Pisto de verdures gratinat amb formatge Galtes de porc guisades Patates al forn Fruita fresca Pa	26  Patates guisades amb verdures Lluç amb salsa de ceba i pastanaga Amanida de cogombre i olives Fruita fresca Pa
29  Espirals a la carbonara (salsa apart) Lluç al forn amb ceba i tomàquet al natural Amanida d'enciam, pastanaga i olives Fruita fresca Pa	30  Trinxat de la Cerdanya Pollastre rostit amb prunes Tomàquet al forn Fruita fresca Pa	31  Llenties amb verdures Hamburguesa vegetal Ceba caramel·litzada Fruita fresca Pa		

serunion
 NARRAR DADA MULTIMÈDIA I DIGITAL