

## Menú mensual febrer 2024 - Dieta Hipocalòrica

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 Arròs bullit amb pastanaga i carbassa Vedella al forn o a la planxa Amanida de tomàquet, blat de moro i olives Fruita fresca Pa blanc 40gr	2 Crema de pèsols Pa amb tomàquet i formatge desnatat Amanida de tomàquet i olives Fruita fresca
5 Espinacs amb salsa de tomàquet Gall d'indi al forn o a la planxa Patates al forn Fruita fresca Pa blanc 40gr	6 Cigrons amb bledes i carbassa Pollastre a la llimona Tomàquet al forn o a la planxa logurt desnatat sabors variats Pa blanc 40gr	7 Macarrons amb salsa de tomàquet Truita francesa Amanida d'enciam, blat de moro i olives Fruita fresca Pa blanc 40gr	8 Llenties amb patates i bledes Lluç al forn o a la planxa Amanida de cogombre, blat de moro i ceba Fruita fresca Pa blanc 40gr	9 Arròs amb salsa de tomàquet (salsa a part) Gall d'indi al forn o a la planxa Mongetes verdes saltejades Fruita fresca Pa blanc 40gr
12 <b>FESTIU</b>	13 Cigrons amb espinacs Ous cuits amb salsa de tomàquet Pastanaga bullida Fruita fresca Pa blanc 40gr	14 Tallarines amb salsa de tomàquet Caçó al forn o a la planxa Espàrrecs blancs logurt desnatat sabors variats Pa blanc 40gr	15 Mongetes blanques amb verdures Pollastre al forn amb tomàquet i ceba Carbassó al forn o a la planxa Fruita fresca Pa blanc 40gr	16 Paella de verdures Salmó al forn o a la planxa Amanida de tomàquet i olives Fruita fresca Pa blanc 40gr
19 Col berza amb patates saltejades Pollastre al forn o a la planxa Amanida d'enciam, blat de moro i olives Fruita fresca Pa blanc 40gr	20 Llenties amb menestra Ous cuits Pastanaga bullida Fruita fresca Pa blanc 40gr	21 Llacets amb salsa de tomàquet Salmó al forn amb ceba i porro Amanida de tomàquet, cogombre i pastanaga Fruita fresca Pa blanc 40gr	22 Crema de carbassa Pernilets de pollastre al forn Amanida d'enciam, tomàquet i olives logurt desnatat sabors variats Pa blanc 40gr	23 Arròs tres delícies Cap-roig al forn o a la planxa Amanida d'enciam i blat de moro Fruita fresca Pa blanc 40gr
26 Macarrons en blanc amb pastanaga Rap al forn amb pastanaga, ceba i porro Carbassó al forn Fruita fresca Pa blanc 40gr	27 Mongetes blanques amb menestra Truita francesa casolana de xampinyons i ceba Amanida d'enciam, pastanaga i olives Fruita fresca Pa blanc 40gr	28 Paella de verdures Pollastre al forn amb tomàquet i ceba Pastanaga bullida logurt desnatat sabors variats Pa blanc 40gr	29 Pisto de verdures Cinta de llom al forn o a la planxa Patates al forn Fruita fresca Pa blanc 40gr	