

## Menú mensual març 2024 - Dieta Hipocalòrica

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				<p>1</p> <p>Patates amb menestra sense pèsols Lluç al forn o a la planxa Amanida de cogombre i olives Fruita fresca Pa blanc 40gr</p>
<p>4</p> <p>Espirals saltejats amb salsa de tomàquet (salsa a part) Lluç al forn o a la planxa amb tomàquet i ceba Amanida d'enciam, pastanaga i olives Fruita fresca Pa blanc 40gr</p>	<p>5</p> <p>Col berza amb patata saltejada Pollastre al forn amb ceba i prunes Tomàquet al forn o a la planxa Fruita fresca Pa blanc 40gr</p>	<p>6</p> <p>Llenties amb preparat de verdures Hamburguesa vegetal al forn o a la planxa Ceba brassejada Fruita fresca Pa blanc 40gr</p>	<p>7</p> <p>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</p>	<p>8</p> <p>Crema de pèsols Pa amb tomàquet i formatge desnatat Amanida de tomàquet i olives Fruita fresca</p>
<p>11</p> <p>Espinacs amb salsa de tomàquet Gall d'indi al forn o a la planxa Patates al forn Fruita fresca Pa blanc 40gr</p>	<p>12</p> <p>Cigrons amb bledes i carbassa Pollastre a la llimona Tomàquet al forn o a la planxa Iogurt desnatat sabors variats Pa blanc 40gr</p>	<p>13</p> <p>Macarrons amb salsa de tomàquet Truita francesa Amanida d'enciam, blat de moro i olives Fruita fresca Pa blanc 40gr</p>	<p>14</p> <p>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</p>	<p>15</p> <p>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</p>
<p>18</p> <p>Menestra amb patata saltejada amb ceba Rodó de gall d'indi al forn o a la planxa Amanida de tomàquet, blat de moro i olives Fruita fresca Pa blanc 40gr</p>	<p>19</p> <p>Cigrons amb espinacs Ous cuits amb salsa de tomàquet Pastanaga bullida Fruita fresca Pa blanc 40gr</p>	<p>20</p> <p>Tallarines amb salsa de tomàquet Caçó al forn o a la planxa Espàrrecs blancs Iogurt desnatat sabors variats Pa blanc 40gr</p>	<p>21</p> <p>Mongetes blanques amb verdures Pollastre al forn amb tomàquet i ceba Carbassó al forn o a la planxa Fruita fresca Pa blanc 40gr</p>	<p>22</p> <p>Paella de verdures Salmó al forn o a la planxa Amanida de tomàquet i olives Fruita fresca Pa blanc 40gr</p>
<p>25</p> <p>VACANCES</p>	<p>26</p> <p>VACANCES</p>	<p>27</p> <p>VACANCES</p>	<p>28</p> <p>VACANCES</p>	<p>29</p> <p>VACANCES</p>