















Menú mensual abril 2024 - Dieta Basal

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>1</p> <p>FESTIU</p>	<p>2</p> <p> Mongetes blanques amb menestra</p> <p> Truita de xampinyons amb ceba</p> <p> Amanida d'enciam, pastanaga i olives</p> <p> Fruita fresca</p> <p> Pa</p>	<p>3</p> <p> Paella de verdures (sense pèsols)</p> <p> Pollastre rostit amb tomàquet i ceba</p> <p> Pastanaga bullida</p> <p> logurt sabor</p> <p> Pa</p>	<p>4</p> <p> Pisto de verdures gratinat amb formatge</p> <p> Galtes de porc guisades</p> <p> Patates al forn</p> <p> Fruita fresca</p> <p> Pa</p>	<p>5</p> <p> Patates guisades amb verdures sense pèsols</p> <p> Lluç amb salsa de ceba i pastanaga</p> <p> Amanida de cogombre i olives</p> <p> Fruita fresca</p> <p> Pa</p>
<p>8</p> <p> Espirals a la carbonara (salsa a part)</p> <p> Lluç al forn amb ceba i tomàquet natural</p> <p> Amanida d'enciam, pastanaga i olives</p> <p> Fruita fresca</p> <p> Pa</p>	<p>9</p> <p> Trinxat de la Cerdanya (sense botifarra)</p> <p> Pollastre rostit amb prunes</p> <p> Tomàquet al forn</p> <p> Fruita fresca</p> <p> Pa</p>	<p>10</p> <p> Llenties amb verdures</p> <p> Hamburguesa vegetal</p> <p> Ceba caramel·litzada</p> <p> Fruita fresca</p> <p> Pa</p>	<p>11</p> <p> Arròs tres delícies</p> <p> Rotlle de carn picada rostit amb salsa</p> <p> Amanida de tomàquet, blat de moro i olives</p> <p> Fruita fresca</p> <p> Pa</p>	<p>12</p> <p> Crema de pèsols amb picatostes</p> <p> Pizza de pernil dolç i xampinyons</p> <p> Amanida de tomàquet i olives</p> <p> Fruita fresca</p> <p> Pa</p>
<p>15</p> <p> Espinacs a la crema</p> <p> Estofat de gall d'indi a la jardineria</p> <p> Patates al caliu</p> <p> Fruita fresca</p> <p> Pa</p>	<p>16</p> <p> Cigrons estofats amb bledes i carbassa</p> <p> Pollastre amb salsa de llimona</p> <p> Tompaquet provençal</p> <p> Natilles</p> <p> Pa</p>	<p>17</p> <p> Macarrons a la bolonyesa i formatge ratllat</p> <p> Truita de patata i ceba</p> <p> Amanida d'enciam, blat de moro i olives</p> <p> Fruita fresca</p> <p> Pa</p>	<p>18</p> <p> Llenties amb patates i bledes</p> <p> Lluç amb tomàquet i ceba</p> <p> Cogombre, blat de moro i ceba</p> <p> Fruita fresca</p> <p> Pa</p>	<p>19</p> <p> Arròs amb salsa de tomàquet a part</p> <p> Carn magra rostida amb una bona bresa</p> <p> Mongetes verdes saltejades</p> <p> Fruita fresca</p> <p> Pa</p>
<p>22</p> <p> Menestra saltejada amb patata i ceba</p> <p> Rodó de gall d'indi amb salsa</p> <p> Tomàquet, blat de moro i olives</p> <p> Fruita fresca</p> <p> Pa</p>	<p>23</p> <p> Cigrons saltejats amb alls i espinacs</p> <p> Ous cuits amb beixamel</p> <p> Pastanaga bullida</p> <p> Fruita fresca</p> <p> Pa</p>	<p>24</p> <p> Tallarines amb salsa de tomàquet i formatge ratllat</p> <p> Caçó a la biscaïna</p> <p> Espàrrecs blancs amb maionesa</p> <p> logurt sabor</p> <p> Pa</p>	<p>25</p> <p> Mongetes blanques amb menestra</p> <p> Pollastre amb tomàquet i ceba</p> <p> Carbassó al forn</p> <p> Fruita fresca</p> <p> Pa</p>	<p>26</p> <p> Paella de verdures</p> <p> Salmó al forn amb salsa tàrtara</p> <p> Amanida de tomàquet i olives</p> <p> Fruita fresca</p> <p> Pa</p>
<p>29</p> <p> Trinxat de la Cerdanya</p> <p> Pollastre arrebossat</p> <p> Patates fregides</p> <p> Fruita fresca</p> <p> Pa</p>	<p>30</p> <p> Llenties amb verdures</p> <p> Ous cuits a la jardineria</p> <p> Pastanaga bullida</p> <p> Fruita fresca</p> <p> Pa</p>			

serunion
Revisat Data: Nutrició i Dietista