

Menú mensual maig 2024 - Dieta Basal

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1	2	3
		FESTIU	 Patates a "lo pobre"  Pernilets de pollastre al forn  Amanida d'enciam, tomàquet i olives logurt sabors Pa	Arròs tres delícies (truita, pernil dolç i pèsols) Cap-roig a la donostiarra Amanida d'enciam i blat de moro Fruita fresca Pa
6	7	8	9	10
 Macarrons al pesto amb formatge ratllat Rap amb salsa de porros  Carbassó al forn o a la planxa  Fruita fresca Pa	 Mongetes blanques amb menestra  Truita de xampinyons amb ceba  Amanida d'enciam, pastanaga i olives  Fruita fresca Pa	 Paella de verdures (sense pèsols) Pollastre rostit amb tomàquet i ceba  Pastanaga bullida logurt sabor Pa	 Pisto de verdures gratinat amb formatge Galtes de porc guisades Patates al forn Fruita fresca Pa	 Patates guisades amb verdures sense pèsols Lluç amb salsa de ceba i pastanaga  Amanida de cogombre i olives  Fruita fresca Pa
13	14	15	16	17
 Espirals a la carbonara (salsa a part) Lluç al forn amb ceba i tomàquet natural  Amanida d'enciam, pastanaga i olives  Fruita fresca Pa	 Trinxat de la Cerdanya (sense botifarra) Pollastre rostit amb prunes Tomàquet al forn Fruita fresca Pa	 Llenties amb verdures  Hamburguesa vegetal  Ceba caramel·litzada  Fruita fresca Pa	Arròs tres delícies Rotlle de carn picada rostit amb salsa  Amanida de tomàquet, blat de moro i olives  Fruita fresca Pa	FESTIU
20	21	22	23	24
FESTIU	 Cigrons estofats amb bledes i carbassa  Pollastre amb salsa de llimona  Tompàquet provençal Natilles Pa	 Macarrons a la bolonyesa i formatge ratllat Truita de patata i ceba  Amanida d'enciam, blat de moro i olives  Fruita fresca Pa	 Llenties amb patates i bledes  Lluç amb tomàquet i ceba  Cogombre, blat de moro i ceba  Fruita fresca Pa	Arròs amb salsa de tomàquet a part Carn magra rostida amb una bona bresa  Mongetes verdes saltejades  Fruita fresca Pa
27	28	29	30	31
 Menestra saltejada amb patata i ceba  Rodó de gall d'indi amb salsa Tomàquet, blat de moro i olives Fruita fresca Pa	 Cigrons saltejats amb alls i espinacs  Ous cuits amb beixamel  Pastanaga bullida Fruita fresca Pa	 Tallarines amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Caçó a la biscaïna  Espàrrecs blancs amb maionesa logurt sabor Pa	 Mongetes blanques amb menestra  Pollastre amb tomàquet i ceba Carbassó al forn Fruita fresca Pa	 Paella de verdures  Salmó al forn amb salsa tàrtara  Amanida de tomàquet i olives Fruita fresca Pa