

Menú mensual Setembre -26 - Dieta Hipocalòrica

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 Amanida de mongeta blanca, amb tomàquet, ceba i pebrot Gall dindi a la planxa o al forn Poma al forn Iogurt desnatat sabors variats Pa blanc 40gr	2 Macarrons amb salsa de tomàquet Hamburguesa de salmó al forn o a la planxa Xampinyons Fruita fresca Pa blanc 40gr	3 Llenties amb verdures Vedella al forn o a la planxa Minestra Compota de sabor Pa blanc 40gr	4 Amanida de patata, tomàquet i tonyina Gall dindi al forn o a la planxa Pisto de verdures Iogurt desnatat natural Pa blanc 40gr
7 Ensaladilla bullida amb ou y tonyina Lluç al forn o a la planxa amb all i julivert Tomàquet al forn Fruita fresca Pa blanc 40gr	8 Gaspotxo Truita francesa Pebrot escalivat Iogurt desnatat sabors variats Pa blanc 40gr	9 Macarrons en blanc amb carbassó Conrtracuixa de pollastre al forn Amanida d'enciam, olives y pastanaga Fruita fresca Pa blanc 40gr	10 Bledes amb patata i pastanaga bullida Lluç al forn o a la planxa Verdures variades a la planxa Iogurt desnatat sabors variats Pa blanc 40gr	11 FESTIU
14 Mongetes blanques amb verdures Lluç al forn o a la planxa Amanida d'enciam i remolatxa Fruites Variades Fresques Pa blanc 40gr	15 Arròs amb salsa de tomàquet Cuixa de pollastre al curry Carbassó al forn o a la planxa Iogurt desnatat sabors Pa blanc 40gr	16 Cigrons amb preparat de verdures Truita francesa Tomàquet al forn o a la planxa Iogurt desnatat sabors Pa blanc 40gr	17 Gaspotxo Vedella al forn o a la planxa Amanida d'enciam i blat de moro Iogurt desnatat sabors Pa blanc 40gr	18 Fideuà de verdures Filet de magra al forn o a la planxa Amanida de tomàquet, pastanaga i olives Fruites variades fresques Pa blanc 40gr
21 Macarrons amb salsa de tomàquet a trossos i orenga Truita francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruites variades fresques Pa blanc 40 gr.	22 Minestra saltejada Gall d'indi al forn o a la planxa Pastanaga bullida Iogurt desnatat sabors Pa blanc 40 gr.	23 Crema freda de coliflor amb encenalls de pernil Gall d'indi al forn o a la planxa Patates al forn Fruites variades fresques Pa blanc 40 gr.	24 FESTIU	25 Amanida d'arròs Gall d'indi al forn o a la planxa Pastanaga bullida Fruites variades fresques Pa blanc 40 gr.
28 Amanida de cigrons amb tomàquet, ceba i pebrot Pollastre al forn o a la planxa Espàrrecs blancs Fruites variades fresques Pa blanc 40 gr.	29 Ensaladilla bullida amb ou i tonyina Vedella al forn o a la planxa Carbassó al forn o a la planxa Iogurt desnatat sabors Pa blanc 40 gr.	30 Macarrons amb salsa de tomàquet Filet de magra al forn o a la planxa Amanida de cogombre Fruites variades fresques Pa blanc 40 gr.		