



Menú mensual Octubre -26 - Dieta Trinxada Hipocalòrica

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1	2
			Crema de mongetes blanques Truita francesa Amanida d'enciam, tomàquet i ceba Poma al forn	Crema d'arròs de pastanaga i porro Contracuixa de pollastre al forn o planxa Carbassó al forn o planxa sense pell logurt desnatat sabors variats
5	6	7	8	9
Crema de meló Pollastre al forn o planxa Amanida d'enciam, blat de moro i olives Fruita fresca triturada/aixafada	Crema de mongeta blanca Gall dindi al forn o a la planxa Poma al forn sense pell logurt desnatat sabors variats	Macarrons amb salsa de tomàquet Hamburguesa de salmó i carbassa al forn o a la planxa Xampinyons saltejats Fruita fresca triturada/aixafada	Crema de llentíes Salsitxes al forn amb minestra Minestra Compota sabors variats	Patata bullida amb pastanaga Gall dindi al forn o a la planxa Pisto de verdures logurt desnatat natgural
12	13	14	15	16
FESTIU	Gaspaxo Truita francesa Pebrot escalivat logurt desnatat sabors variats	Macarrons en blanc amb carbassó Contraacuixa de pollastre al forn Amanida d'enciam, olives y pastanaga Fruita fresca triturada/aixafada	Bledes amb patata i pastanaga bullida Lluç al forn o a la planxa Verdures variades a la planxa logurt desnatat sabors variats	Crema de arròs amb poma Pollastre al forn o la planxa Carbassó al forn o a la planxa sense pell logurt desnatat sabors variats
19	20	21	22	23
Mongetes blanques amb verdures Lluç al forn o a la planxa Amanida d'enciam i remolatxa Fruita fresca triturada/aixafada	Crema d'arròs i poma Pollastre al forn o a la planxa Carbassó al forn o a la planxa sense pell logurt desnatat sabors	Crema de llentíes Rodó de vedella amb ceba Tomàquet al forn o a la planxa logurt desnatats sabors	Gaspaxo Vedella al forn o a la planxa Amanida d'enciam i blat de moro logurt desnatats sabors	Fideuà de verdures Filet de magra al forn o a la planxa Amanida de tomàquet, pastanaga i olives Fruita fresca triturada/aixafada
26	27	28	29	30
Macarrons amb salsa de tomàquet a trossos i orenga Truita francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita fresca triturada/aixafada	Minestra saltejada Gall d'indi al forn o a la planxa Pastanaga bullida logurt desnatat sabors	Crema freda de coliflor Gall d'indi al forn o a la planxa Patates al forn sense pell Fruita fresca triturada/aixafada	Fideus en blanc amb carbassó Seitons al forn o a la planxa Tomàquet al forn o a la planxa Fruita fresca triturada/aixafada	Crema d'arròs i poma Gall dindi al forn o planxa Pastanaga bullida Fruita fresca triturada/aixafada