

Menú mensual Març-26 - Dieta Hipocalòrica



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>2</p> <p><i>Cigrons amb verdures</i> <i>Lluç al forn o a la planxa</i> <i>Espàrrecs blancs</i> <i>Fruites Variades Fresques</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>	<p>3</p> <p><i>Espaguetis en blanc amb mongeta tendra i oastanaaa</i> <i>Vedella al forn o a la planxa</i> <i>Carbassó al forn o a la planxa</i> <i>logurt desnatat sabors variats</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>	<p>4</p> <p><i>Macarrons amb salsa de tomàquet</i> <i>Filet de magra al forn o a la planxa</i> <i>Carbassó al forn o a la planxa</i> <i>Fruites Variades Fresques</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>	<p>5</p> <p><i>Llenties amb verdures</i> <i>Truita francesa</i> <i>Amanida d'enciam, tomàquet i ceba</i> <i>Poma al forn amb canyella i edulcorant</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>	<p>6</p> <p><i>Arròs amb salsa de tomàquet</i> <i>Ous durs amb oli i pebre vermell</i> <i>Espàrrecs blancs</i> <i>logurt desnatat sabors variats</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>
<p>9</p> <p><i>Mongetes blanques amb patates</i> <i>Pollastre al forn o a la planxa</i> <i>Amanida d'enciam, blat de moro i olives</i> <i>Fruites Variades Fresques</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>	<p>10</p> <p><i>Carbassó saltejat amb pastanaga i carbassa</i> <i>Filet de magra al forn o a la planxa</i> <i>Poma al forn</i> <i>Fruites Variades Fresques</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>	<p>11</p> <p><i>Macarrons amb salsa de tomàquet</i> <i>Hamburguesa de salmó i carbassa al forn o a la planxa</i> <i>Pisto de verdures</i> <i>Fruites Variades Fresques</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>	<p>12</p> <p><i>Llenties amb verdures</i> <i>Caçó al forn o a la planxa</i> <i>Amanida de tomàquet</i> <i>logurt desnatat sabors variats</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>	<p>13</p> <p><i>Arròs saltejat amb xampinyons</i> <i>Gall dindi al forn o a la planxa</i> <i>Amanida de tomàquet</i> <i>Fruites Variades Fresques</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>
<p>16</p> <p><i>Crema de carbassa</i> <i>Rap al forn o planxa amb all i julivert</i> <i>Tomàquet al forn o planxa</i> <i>Fruites Variades Fresques</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>	<p>17</p> <p><i>Trinxat de col i patata</i> <i>Bacallà al forn o planxa</i> <i>Amanida d'enciam i pastanaga</i> <i>Fruites Variades Fresques</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>	<p>18</p> <p><i>Macarrons en blanc amb carbassó</i> <i>Contraçuixa de pollastre al forn</i> <i>Amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro</i> <i>Fruites Variades Fresques</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>	<p>19</p> <p><i>Estofat de cigrons al curri</i> <i>Truita francesa</i> <i>logurt desnatat sabors variats</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>	<p>20</p> <p><i>Arròs amb salsa de tomàquet</i> <i>Pernilets de pollastre a la llimona</i> <i>Albergínia al forn o planxa</i> <i>Fruites Variades Fresques</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>
<p>23</p> <p><i>Mongetes blanques amb col</i> <i>Lluç al forn o a la planxa</i> <i>Amanida d'enciam i remolatxa</i> <i>Fruites Variades Fresques</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>	<p>24</p> <p><i>Arròs tres delícies</i> <i>Cuixa de pollastre al curri</i> <i>Amanida d'enciam i pastanaga</i> <i>Fruites Variades Fresques</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>	<p>25</p> <p><i>Llenties amb verdures</i> <i>Truita francesa</i> <i>Amanida de cogombre i ceba</i> <i>Fruites Variades Fresques</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>	<p>26</p> <p><i>Macarrons amb salsa de tomàquet trossos i orenaa</i> <i>Vedella al forn o a la planxa</i> <i>Amanida d'enciam i blat de moro</i> <i>logurt desnatat sabors variats</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>	<p>27</p> <p><i>Crema de carbassa</i> <i>Fideuà amb bolets</i> <i>Fruites Variades Fresques</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>
<p>30</p> <p><i>Macarrons amb salsa de tomàquet trossos i orenaa</i> <i>Truita francesa</i> <i>Amanida d'enciam, pastanaga i blat de moro</i> <i>Fruites Variades Fresques</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>	<p>31</p> <p><i>Minestra saltejada</i> <i>Gall dindi al forn o a la planxa</i> <i>Mongetes saltejades</i> <i>logurt desnatat sabors variats</i> <i>Pa blanc 40gr</i></p>			