

PRIMAVERA		Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
Basal Hiposòdic Diabètic : Setmana 1	Esmorzar	Mitja de: Llet, llet soja,café,café amb llet,infusions,cacau / Entrepans de embotits baixos en sal / Pa de barra, pa de pagés torrat, pa de motlle (normal i integral) torrades (normals i integral) / Mantega, melmeladas normal i diet, mel, codonyat / Galetes, galetes diet / Sucs de fruita, aigua. Diumenges ,croissant						
	Hidratació	Mitja de: Sucs, gelatines,infusions, aigua.						
	Menjar: 1er Plat	Favetes ofegades amb botifarra negra i daus de cansalada	Sopa de peix amb gambetes i musclos	Mongeta verda saltejada amb all i julivert	Enciam, espàrrecs, tomàquet, blat de moro, pastanaga, olives,ou i tonyina	Flors de coliflor amb patata amb daus de pernil confitats	Carpaccio de tomàquet amb daus de formatge pernil i la seva vinagreta	Amanida de llacets de verdura amb bacallà esmicolat i ou
	2on Plat	Pollastre rostits al forn amb pebrot verd italià	Ous al plat amb pernil i salsa de tomàquet	Macarrons de l'àvia a la casola amb daus de salsitxes i llom	Paella de peix amb gambes cloïsses i sípia	Filet de Sant Pera al vapor amb arròs al fonoll	Guisat de calamars amb patata natural i pèsols	Rodó de vedella rostit amb la seva salsa i bolets
	Postrà	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita amb almívar	Fruita	Profiterols
	Berenar	Mitja de: Llet, llet vegetal, café amb llet ,sucs, infusions. Galetes, galetes diet, iogurt, gelatines						
	Sopar: 1er Plat	Crema parmentier amb crustó de formatge	Crema de carbassa amb carun de tomàquet	Bledes saltejades amb daus de pernil dolç	Menestra campestre amb pesto de nous	Sopa de brou de la casa amb fideus	Crema de carbassó amb crustons	Mongeta verda pastanaga baby i patata natural al vapor
	2on Plat	Llom cuit a baixa temperatura i amb tomàquet a les fines herbes	Nuggets de pollastre amb amanida de colors	Caçó amb patata panadera i all i julivert	Truita francesa amb xampinyons saltejats	Salsitxes al forn amb patates fregides	Truita de tonyina i pa amb tomàquet	Cuixetes de pollastre amb peres i cebetes
	Postrà	logurt	logurt	logurt	Natilles	logurt	logurt	logurt
	Ressopó	Mitja de: Llet, llet vegetal, infusions, sucs, iogurts, gelatines						

Gramatge		2.085		2.085		2.085		2.085		2.085		2.025			
K Cal	Prot (g)	1.912	110	2.258	77	2.201	82	2.424	88	2.150	93	1.945	64	2.171	97
HCar(g)	Lip (g)	234	80	265	112	266	97	249	93	249	89	240	88	282	76

■ llegum
 ■ arròs
 ■ sopa/pasta
 ■ verdura
 ■ ou
 ■ peix
 ■ carn blanca
 ■ carn vermella
 ■ altres (fregits / precuinats)

	Programació Validada i supervisada per la consultoria nutricional Cesnut Nutrició. Rose Montane, directora de Cesnut Nutrició. N.col:		Programació de menús validada i supervisada per RHS del centre. Elka Rosario N.col:08-049999		Elaboració de menús BROFARcuina
--	--	--	---	--	--