

PRIMAVERA		Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
Basal Hiposòdic Diabètic: Setmana 4	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.						
	Hidratació	Diumenges ,croissant Mitja de: Sucs, gelatines, infusions, aigua.						
	Menjar: 1er Plat	Pèsols ofegats amb brou de verdures i daus de pernil	Bròquil amb bacò i beixamel gratinat amb formatge	Sopa d'escudella cigrons,col i galets	Enciam, espàrrecs, tomàquet, blat de moro, pastanaga, olives,ou i tonyina	Carxofes saltejades amb cansalada i ceba	Amanida tèbia de llenties amb verdures de l'horta i pernil salat saltejat	Amanida de patata confitada amb daus de bacò,ou ratllat i salsa tàrtara
	2on Plat	Pollastre rostit al forn i pebrot italià	Bacallà a la llauna amb mongetes saltejades	Pernil rostit al forn amb puré de poma suau	Arròs caldós amb verdures de primavera i gambetes	Albergínia farcida de verdures,tonyina i gratinada amb formatge	Mandonguilles amb patata,pèsols i sípia	Daus de tonyina marinats amb parmentier de coliflor
	Postrà	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita amb almívar	Fruita	Gelat
	Berenar	Mitja de: Llet, llet vegetal, café amb llet ,sucs, infusions. Galetes, galetes diet, iogurt, gelatines						
	Sopar: 1er Plat	Sopa de brou de la casa amb ou i crostons	Espinacs saltejats amb amb panses i ceba	Crema de carbassó carun de tomàquet	Sopa de peix amb crana de nelo i muscols	Sopa de verdures de l'hort	Mongeta verda i patata al vapor saltejada amb all i julivert	Crema de carbassa amb formatge fresc
	2on Plat	Truita de carbassó i pa amb tomàquet	Salsitxes al forn amb ceba i patates fregides	Lluç amb salsa verda i espàrrecs blancs	Croquetes de bacallà amb tomàquet forn	Pernilets de pollastre rostit al forn amb patata	Remenat d'ous d'espàrrecs i gambes	Assortiment 'embutits i pa amb tomàquet
	Postrà	logurt	logurt	logurt	Flam	logurt	logurt	logurt
	Ressopó	Mitja de: Llet, llet vegetal, infusions, sucs, iogurts, gelatines						

Gramatge		2.085		2.085		2.085		2.085		2.085		2.090			
K Cal	Prot (g)	2.173	96	2.310	90	2.190	98	2.141	85	1.910	81	2.299	87	2.566	115
HCar(g)	Lip (g)	237	101	258	104	239	81	285	79	233	70	279	77	295	122

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

	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