

ESTIU	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
<b>Esmorzar</b>	Mitja de: Llet, llet soja, caf�, caf� amb llet, infusions, cacau / Entrepans de embotits baixos en sal / Pa de barra, pa de pag�s torrat, pa de motlle (normal i integral) torrades (normals i integral) / Mantega, melmeladas normal i diet, mel, codonyat / Galetes, galetes diet / Suc de fruita, aigua.						
<b>Hidrataci�</b>	Mitja de: Suc, gelatines, infusions, aigua.						
<b>Menjar: 1er Plat</b>	Pèsols ofegats amb daus pernil	Arròs a la cubana amb ou fregit i salsa tomaquet	Salmorejo de la casa amb pernil i ou rallat	Amanida pebrot escalivat, ou i bacallà amb salsa romesco	Macarron amb el seu sofregit gratnats	Amanida russa de la casa	Amanida de lleties amb espàrrecs verds, anous ceba i fomatje
<b>2on Plat</b>	Pollastre al cava amb tomàquet forn	Bacallà gratinat amb all i oli	Brao amb salsa i les seves verdures	Fideu�	Cassoleta de cloïses, muscals i espàrrecs	Rodó de vedella amb bolets	Canelons de l'avia gratinats
<b>Postre</b>	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Poma al forn	Fruita de temporada	Fruita amb almivar	Fruita de temporada	Gelat
<b>Berenar</b>	Mitja de: Llet, llet vegetal, caf� amb llet, suc, infusions. Galetes, galetes diet, iogurt, gelatines						
<b>Sopar: 1er Plat</b>	Sopa de brou de la casa amb fideus	Crema de verdures amb daus de formatge fresc	Mongeta verda amb cebetes saltejada	Crema de carbassa amb crustons	Minestra saltejada amb all i julivert	Crema de porros amb encenalls de pernil	Col i patata saltejada
<b>2on Plat</b>	Salsitxes al vi amb patates fregides	Truita de carbassó i pa mab tomaquet	Filet de sant pera al pesto	Croquetes de pollastre amb amanida	Truita de pernil salat i pa amb tomaquet	Ca� amb salsa verda i pessols	Rodo de gall d'indi amb pure
<b>Postre</b>	logurt de fruites	logurt de fruites	logurt de fruites	Flam	logurt de fruites	logurt de fruites	logurt de fruites
<b>Ressop�</b>	Mitja de: Llet, llet vegetal, infusions, suc, iogurts, gelatines						

Gramatge	2.085	2.085	2.085	2.085	2.085	2.085	2.090
K Cal	2.025	2.173	1.928	2.010	1.983	2.165	2.233
Prot (g)	96	110	82	71	72	83	89
HCar(g)	235	219	207	256	250	231	238
Lip (g)	87	101	90	83	78	106	88

llegum
  arr s
  sopa/pasta
  verdura
  ou
  peix
  carn blanca
  carn vermella
  altres (fregits / precuinats)

 Consultoria Nutricional	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 <b>BROFAR</b> cuina
-----------------------------	---	--	--	--	--