

MENÚ HIVERN		Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge							
Basal. Setmana 3	Esmorzar	Mitja de: Llet, llet soja, café, café amb llet, infusions, cacau / Entrepans d'embotits baixos en sal / Pa de barra, pa de payès torrat, torrades (normals i integral) Mantega, melmelades normal i diet, mel, codonyat / Galetes, galetes diet / Suc de fruita, aigua. Els diumenges i els festius chocolata, croissants.													
	Hidratació	Mitja de: Suc, gelatines, infusions i aigua.													
	Menjar: 1er Plat	Mongeta verda saltejada amb pernil	Fesols estofats amb verdures	Consomé amb fideus i ou cuit	Amanida de cabdells amb tomàquet i olives	Llenties estofades amb arròs i ou dur	Sopa d'escudella amb galets	Minestra saltejada amb pernil dolç							
	2on Plat	Galtes de porc rostides amb verdures	Pollastre amb pebrot escalivat	Estofat de gall d'indi amb pastanaga i cebetes	Arròs caldós de verdures i bacallà	Corball amb salsa verda i espàrrecs	Mandonguilles amb sípia i pèsols	Bacallà a la llaua amb seques							
	Postre	Fruita temporalada	Fruita temporalada	Fruita temporalada	Fruita temporalada	Fruita temporalada	Fruita temporalada	Mousse xocolata							
	Brenar	Mitja de: Llet, llet vegetal, café amb llet, suc, infusions, galetes, iogurt													
	Sopar: 1er Plat	Sopa de brou amb fideus	Verdures saltejades amb salsa romesco	Crema de porros	Sopa de peix amb pasta	Patata, pastanaga i mongeta verda	Crema de pastanaga	Bledes amb patata							
	2on Plat	Salmó amb picada i amanida	Truita de carbassó i patata amb tomàquet amanit	Lluçets a la romana amb amanida	Salsitxes de pollastre amb patata dau	Cuixetes pollastre forn, cebetes i amanida pastanagues	Truita francesa amb amanida	Llom salsa suau de formatge i amanida de tomàquet							
	Postre	logurt	logurt	logurt	Natilles sense sucre	logurt	logurt	Macedònia del temps							
	Resopó	Mitja de: Llet, llet vegetal, infusions, suc, iogurts i gelatines.													
Gramatje		2.085		2.085		2.085		2.110							
K Cal	Prot (g)	2.007	93	2.061	82	2.059	81	2.212	66	2.218	113	2.139	79	2.334	105
HCar(g)	Lip (g)	205	98	230	98	231	99	242	113	230	96	259	85	248	112

Programació Validada i supervisada per la consultoria nutricional Cesnut Nutrició. Firmat per Rose Montane, directora de Cesnut Nutrició. N.col: 0681
 Programació de menús validada i supervisada per RHS del centre. Elka Rosario N.col:08-049999



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

Als serveis de esmorzar , menjar i sopar : sempre esta a disposició dels residents una safata de fruita de temporada a mes a mes del postra estipulat al menú , igualment el flams i natilles que es serveixen sempre son sense sucre i els iogurts desnatats