

# SETMANA 1

| Menú   | Dilluns | Dimarts                                       | Dimecres                                      | Dijous                          | Divendres                            | Dissabte                                     | Diumenge   |  |
|--|---------|---|---|---------------------------------|--------------------------------------|--|--|--|
| <b>B</b><br><b>a</b><br><b>s</b><br><b>a</b><br><b>i</b><br><br><b>H</b><br><b>i</b><br><b>p</b><br><b>o</b><br><b>s</b><br><b>ò</b><br><b>d</b><br><b>i</b><br><b>c</b><br><b>a</b> | Dinar   | Pèsols ofegats amb brou de verdures i ceba    | Amanida grega amb formatge fresc i olivada    | Favetes amb pernil salat        | Gaspatxo de la casa amb crostons     | Coliflor saltejada amb fruits secs gratinada | Arròs tres delícies amb daus de truita, pernil dolç i pèsols | Cigrons amb bacallà                      |
|  |         | Estofat de bacallà amb patata i salsa romesco | Fideuada de carn amb costella i ali oli       | Pollastre al forn amb amanida   | Arròs cremós amb sípia i pèsols      | Lluç a la marinera amb cloïsses              | Mandonguilles amb sípia i patata                             | Rodonets de pollastre farcits i amanida  |
|  |         | <b>Fruita del temps</b>                       | <b>Fruita del temps</b>                       | <b>Fruita del temps</b>         | <b>Fruita del temps</b>              | <b>Fruita del temps</b>                      | <b>Fruita del temps</b>                                      | <b>Fruita en almívar</b>                 |
|  | Sopar   | Sopa de verduretes amb fideus                 | Crema de xampinyons                           | Crema de carbassó               | Mongeta verda amb patata i picada    | Crema de verdures                            | Minestra amb llegums saltejada amb bacó                      | Crema de pastanaga                       |
|  |         | Salsitxes de pollastre amb carbassó           | Truita de patates i ceba amb tomàquet amanida | Salmó a la taronja amb ametlles | Truita de carbassó i pa amb tomàquet | Nuggets amb amanida                          | Truita francesa amb amanida                                  | Assortiment d'embotits i pa amb tomàquet |
|  |         | <b>logurt de fruites</b>                      | <b>logurt de fruites</b>                      | <b>logurt de fruites</b>        | <b>Natilles</b>                      | <b>logurt de fruites</b>                     | <b>logurt de fruites</b>                                     | <b>logurt de fruites</b>                 |

A tots els serveis de dinars i sopars a part del postres programat hi haurà la opció de fruita i iogurts

Els iogurts son de sabors variats amb opció de desnatats i sense lactosa, les natilles i flams son sense sucre

Programació Validada i supervisada per la consultoria nutricional Performance Nutrition. Firmat per Oriol Garcia, N.col: CAT001194



Programació de menús validada i supervisada per RHS del centre. Elka Rosario N.col:08-049999

