

SETEMBRE 2022	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1a setmana					
2a setmana	<i>Ensalada d'arròs (pastanaga, blat de moro, poma, pebre vermell, ceba tendra, formatge tendre, panses i nous) Fruita</i>	<i>Pebes torrats (prebes, albergínia i tomàtiga al forn) Peix a la planxa amb patata al vapor Fruita</i>	<i>Ensalada de lleties amb espinacs tendres, taronja i ametlla picada Fruita</i>	<i>Espirals al pesto amb daus de tomàtiga, carbassó saltat i formatge tendre Fruita</i>	<i>Ensalada de pastanaga i remolatxa Pastís fred de patata, peix i maionesa Fruita</i>
3a setmana	<i>Crema freda de cogombre i iogurt Croquetes de carbassó i alfàbega amb tomàtiga trempada Fruita</i>	<i>Ensalada de tomàtiques de cirera i olives Arròs xinès (pastanaga, pèsols, pebre vermell, pastanaga, truita i gambetes) Fruita</i>	<i>Amanida de mongetes tendres i crostons Peix a la planxa amb salsa de tomàtiga crua Fruita</i>	<i>Tomàtiques de cirera amb olives, daus de formatges tendre, crostons i orenga Albergínies amb llet Fruita</i>	<i>Ensalada d'enciam, meló i ametlles Pizza casolana de cuixot i ceba Fruita</i>
4a setmana	<i>Hummus amb crudités (cogombre, prebes, pastanaga) i pa moreno Croquetes d'espinacs Fruita</i>	<i>Trempó (tomàtiga, pebre verd, ceba tendra i olives) Truita de mongetes blanques, patata i ceba Fruita</i>	<i>Ensalada de patata amb tomàtiga, olives i alfàbega Pinxos de salmó Fruita</i>	<i>Ensalada de tomàtiques de cirera i olives Tallarines amb tires de pollastre i verdures (pebre vermell, porro, carbassó) Fruita</i>	<i>Crema freda de pastanaga, iogurt i fonoll Quiche de carbassó i formatge tendre Fruita</i>

Dietista-nutricionista: Maria Blanquer Genovart

Col núm. CAT000056