

SE.3.3 PT Menú mensual

BAIX EN COLESTEROL

| DESEMBRE 2023                                                                                            | DILLUNS                                                                                                                                                                                            | DIMARTS                                                                                                                                                                | DIMECRES                                                                                                                              | DIJOUS                                                                                                                                    | DIVENDRES                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <a href="#">Setmana del 27 al 1</a><br><br><b>MENÚ Diari</b><br>Primer · Segon · Postre<br><br>BERENARS  |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                       |                                                                                                                                           | Quinoa amb <b>verdures</b><br><br>Truita de patata i ceba amb<br>amanida de canonges i germinats<br><br>Fruita<br><br>- |
| <a href="#">Setmana del 4 al 8</a><br><br><b>MENÚ Diari</b><br>Primer · Segon · Postre<br><br>BERENARS   | Sopa de brou amb fideus<br><br><b>Gall d'indi planxa</b> amb amanida de<br>brot<br><br>Fruita<br><br><b>ENTREPÀ GALL D'INDI</b>                                                                    | Macarrons amb salsa de bolets<br><b>*làctics baixos en greix</b><br>Bacallà a la planxa amb escarola i<br>taronja<br><br>Fruita<br><br><b>PLÀTAN AMB XOCOLATA</b>      | <b>FESTIU</b>                                                                                                                         | <b>FESTIU</b>                                                                                                                             | <b>FESTIU</b>                                                                                                           |
| <a href="#">Setmana del 11 al 15</a><br><br><b>MENÚ Diari</b><br>Primer · Segon · Postre<br><br>BERENARS | Coliflor gratinada amb beixamel.<br><b>*làctics baixos en greix</b><br><b>Pollastre a la planxa</b> i amanida campestre<br>amb col llombarda<br><br>Fruita<br><br><b>ENTREPÀ DE FORMATGE FRESC</b> | Llenties guisades amb <b>verdures</b> i<br>arròs<br>Truita de patata i ceba amb amanida de<br>brot, olives, mozzarella<br><br>Fruita<br><br><b>ENTREPÀ GALL D'INDI</b> | Mongeta tendra amb <b>patata</b><br><br><b>Carn baix en greix</b> amb bolets<br><br>Fruita<br><br><b>FRUITA I FRUITA DESHIDRATADA</b> | Espaguetis amb <b>verdures</b><br><br><b>Carn baix en greix</b> amb escarola i<br>magrana<br><br>Fruita<br><br><b>PLÀTAN AMB XOCOLATA</b> | Sopa de brou amb galets<br><br>Sant pere a la planxa amb<br>patates al forn<br><br>Fruita<br><br>-                      |
| <a href="#">Setmana del 18 al 22</a><br><br><b>MENÚ Diari</b><br>Primer · Segon · Postre<br><br>BERENARS | Crema de pastanaga<br><br>Hamburguesa <b>*baixa en greix</b> a la planxa<br>amb amanida russa <b>*sense maionesa</b><br><br>Fruita<br><br><b>ENTREPÀ DE TONYINA</b>                                | Arròs amb salsa de tomàquet<br><br>Bacallà amb mongeta i pebrotets<br><br>Fruita<br><br><b>ENTREPÀ DE FORMATGE FRESC</b>                                               | <b>SOPA DE GALETS</b> <b>*sense pilota</b><br><br><b>POLLASTRE A LA CATALANA</b><br><br><b>TORRONS I NEULES</b>                       | <b>FESTIU</b>                                                                                                                             | <b>FESTIU</b>                                                                                                           |
| <a href="#">Setmana del 25 al 29</a><br><br><b>MENÚ Diari</b><br>Primer · Segon · Postre<br><br>BERENARS | <b>FESTIU</b>                                                                                                                                                                                      | <b>FESTIU</b>                                                                                                                                                          | <b>FESTIU</b>                                                                                                                         | <b>FESTIU</b>                                                                                                                             | <b>FESTIU</b>                                                                                                           |