

SE.3.3 PT Menú mensual

BAIX EN COLESTEROL

GENER 2026	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Setmana del 8 i 9 MENÚ Diari Primer · Segon · Postre BERENARS				Mongeta tendra saltada amb pernil Truita de patata i ceba amb amanida de tomàquet i olives Fruita PA AMB XOCOLATA	Arròs saltejat amb bolets Sant Pere a la planxa amb amanida de escarola i taronja Fruita
Setmana del 12 al 16 MENÚ Diari Primer · Segon · Postre BERENARS	Sopa de brou amb pasta Filet de lluç amb amanida de brots verds i pastanaga ratllada Fruita ENTREPÀ DE GALL D'INDI	Lenties guisades amb carn magra Croquetes de carn d'olla amb amanida de brots verds Fruita ENTREPÀ DE FUET	Mongeta tendre i patata Carn magre a la planxa amb patates fregides Fruita FRUITA	Fideus a la cassola amb verdures Pollastre a la planxa amb amanida d'enciams i germinats Fruita PA AMB FORMATGE	Crema de carbassa Mongeta guisada amb bolets Fruita
Setmana del 19 al 23 MENÚ Diari Primer · Segon · Postre BERENARS	Broquil i patata Mandonguilles amb verdures Fruita ENTREPÀ DE PERNIL SALAT	Arròs a la cassola de verdures Pollastre al forn amb amanida de tomàquet cherry i mozzarella Fruita ENTREPÀ DE FORMATGE	Pèsols saltejats amb ceba i pernil Truita de de patata i ceba amb amanida de brots, germinats i magrana Fruita FRUITA	Macarrons amb tomàquet i alfàfega Bacallà arrebossat amb amanida d'escarola i taronja Fruita PA AMB XOCOLATA	Crema de pastanaga amb formatge fresc Carn magre amb salsa de ceps Fruita
Setmana del 26 al 30 MENÚ Diari Primer · Segon · Postre BERENARS	Espaguetis amb salsa pesto Carn magre i amanida de brots i pastanaga Fruita ENTREPÀ DE PERNIL DOLÇ	Mongeta tendra i patata Gall d'indi a la planxa amb amanida campestre Fruita ENTREPÀ PERNIL SALAT	Empedrat Truita de de patata i ceba amb amanida de brots, germinats i magrana Fruita FRUITA	Arròs a la cassola Sant Pere a la planxa amb amanida de brots Fruita PA AMB FORMATGE	Crema de verdures Cigrons guisats amb calamars Fruita