

SE.3.3 PT Menú mensual

BAIX EN COLESTEROL

| FEBRER 2026                                                                                                   | DILLUNS                                                                                                                                  | DIMARTS                                                                                                                                                       | DIMECRES                                                                                                                              | DIJOUS                                                                                                                                   | DIVENDRES                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <a href="#">Setmana del 2 al 6</a><br><br><b>MENÚ Diari</b><br><br>Primer · Segon · Postres<br><br>BERENARS   | Arròs saltejat amb bolets<br><br>Gall d'indi a la planxa amb amanida de brots<br><br>Fruita<br><br>ENTREPÀ DE FUET                       | Mongeta satejada amb pernil<br><br>Truita de patata i ceba amb amanida campestre i col llombarda<br><br>Fruita<br><br>ENTREPÀ DE FORMATGE                     | Trinxat de la cerdanya *sense porc<br><br>Salmó planxa amb escarola i taronja<br><br>Fruita<br><br>FRUITA                             | Crema de carbassa i fonoll<br><br>Pollastre amb salsa curry<br><br>Fruita<br><br>PA AMB XOCOLATA                                         | Amanida juliana E13 i E14 Crema de verdures<br><br>Macarrons a la bolonyesa<br><br>Fruita                              |
| <a href="#">Setmana del 9 al 13</a><br><br><b>MENÚ Diari</b><br><br>Primer · Segon · Postres<br><br>BERENARS  | Arròs guisat amb verdures<br><br>Hamburguesa de vedella amb amanida de tomàquet i mozzarella<br><br>Fruita<br><br>ENTREPÀ DE PERNIL DOLÇ | Pèsols saltejats amb pernil i ceba<br><br>Daus de gall d'indi amb amanida de cabdells, col llombarda i germinats<br><br>Fruita<br><br>ENTREPÀ DE PERNIL SALAT | Fideuà<br><br>Sant Pere a la planxa amb amanida campestre<br><br>Fruita<br><br>FRUITA                                                 | Brou amb fideus<br><br>Truita amb amanida brots, pastanaga i olives<br><br>Opció amb menys greix<br><br>PA AMB FORMATGE                  | Mongeta amb patata al vapor<br><br>Carn magre amb escarola i magrana<br><br>Fruita                                     |
| <a href="#">Setmana del 16 al 20</a><br><br><b>MENÚ Diari</b><br><br>Primer · Segon · Postres<br><br>BERENARS | FESTIU                                                                                                                                   |                                                                                                                                                               | Amanida Cèsar i E13 i E14 Brou vegetal amb fideus<br><br>Cigrons amb verdures<br><br>Fruita<br><br>ENTREPÀ DE FORMATGE                | Crema de carbassa<br><br>Hamburguesa de pollastre amb amanida brots i pastanaga ratllada<br><br>Fruita<br><br>FRUITA                     | Espaguetis amb salsa pesto<br><br>Bacallà planxa amb amanida de tomàquet i olives<br><br>Fruita<br><br>PA AMB XOCOLATA |
| <a href="#">Setmana del 23 al 27</a><br><br><b>MENÚ Diari</b><br><br>Primer · Segon · Postres<br><br>BERENARS | Brou amb fideus<br><br>Filet de lluç a la planxa amb amanida d'enciams i magrana<br><br>Fruita<br><br>ENTREPÀ DE PERNIL DOLÇ             | Coliflor gratinada amb beixamel<br><br>Carn magre amb tomàquet amanit<br><br>Fruita<br><br>ENTREPÀ DE PERNIL SALAT                                            | Amanida juliana E13 i E14 Crema de verdures<br><br>Pollastre arrebossat amb patates fregides<br><br>Fruita<br><br>FRUITA DE TEMPORADA | Mongeta tendra saltejada amb pernil<br><br>Truita de patata i ceba amb amanida de tomàquet i orenga<br><br>Fruita<br><br>PA AMB FORMATGE | Lenties estofades amb verdures<br><br>Gall d'indi planxa amb amanida de brots i germinats<br><br>Fruita                |