

MES DELS NUTRIENTS

MAIG 2018



	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
FESTA		LLENTIES AMB PATATA I OLI D'OLIVA	ENCIAM I API I FRUITS SECS	ESPINACS AMB PATATA
		TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM I API	ARRÒS BLANC AMB POLLASTRE	RODÓ DE VEDELLA AL FORN AMB ENCIAM
		IOGURT NATURAL	IOGURT NATURAL	IOGURT NATURAL
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
ARRÒS AMB CARBASSÓ	MONGETA VERDA AMB PATATA	BARREJA D'ENCIAMS AMB API I FORMATGE	AMANIDA MURCIANA (PATATATES, OLIVES, ENCIAM)	ARRÒS BLANC AMB OLI D'OLIVA
OUS DURS AMB ENCIAM I OLIVES	ESCALOPA DE PORC AMB ENCIAM I OLIVES	PASTA AMB OLI D'OLIVA I POLLASTRE A LA PLANXA	POLLASTRE AL FORN ENCIAM I BLAT DE MORO	BACALLÀ AL FORN AMB ENCIAM
IOGURT NATURAL	IOGURT NATURAL	IOGURT NATURAL	IOGURT NATURAL	IOGURT NATURAL
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18 DIA DE LA PROTEÏNA VEGETAL
AMANIDA DE LLENTIES (OLIVES I BLAT DE MORO)	BLEDES AMB PATATES	ENCIAM AMB API	PASTA AMB OLI D'OLIVA I FORMATGE	GASPATXO
TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM	POLLASTRE A L'ALLET AMB ENCIAM I OLIVES	ARRÒS SEMI INTEGRAL I LLOM A LA PLANXA	PEIX FRESC AL FORN AMB VERDURES AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	CUS CUS AMB XAMPINYONS
IOGURT NATURAL	IOGURT NATURAL	IOGURT NATURAL	IOGURT NATURAL	IOGURT NATURAL
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
FESTA	PATATA BULLIDA AMB OLI D'OLIVA	ENCIAM, API I PIPES	AMANIDA DE PASTA (OLIVES I TONYINA)	CREMA DE ESPARRECS
	OUS DUR BULLIT	ARRÒS SEMI INTEGRAL AMB RODÓ DE VEDELLA	LLUÇ ARREBOSSAT AMB ENCIAM I API	PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB PATATES FREGIDES
	IOGURT NATURAL	IOGURT NATURAL	IOGURT NATURAL	IOGURT NATURAL
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	
MONGETA TENDRA AMB PATATA	LLESQUES DE PATATA, CEBA, I TOMÀQUET AL FORN	ENCIAM AMB API I BLAT DE MORO	CIGRONS AMB PATATA I OLI D'OLIVA	
BACALLA AL FORN AMB CARBASSÓ	POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES	FIDEUS AMB POLLASTRE	TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM	
IOGURT NATURAL	IOGURT NATURAL	IOGURT NATURAL	IOGURT NATURAL	

Fruita del mes: Plàtan, peres d'estiu, nespres, prunes, cireres, maduixes, albercoc.

PA NORMAL O INTEGRAL A TRIAR