

## MENÚ DESEMBRE 2019 SOPARS

		Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
		2	3	4	5	6
1a Setmana	Primer	Llegum i verdura	Pasta	Cereal i verdura	Arròs i verdura	<b>FESTA</b>
	Segon	Carn blanca i hortalisses	Peix blanc i verdures	Ou i hortalisses	Carn vermella	
	Guarnició	Amanida crua	Amanida crua	Amanida crua	Amanida crua	
	Postre	logurt natural	Fruita de temporada	logurt natural	logurt natural	
		9	10	11	12	13
2a Setmana	Primer	Llegum i verdura	Patata i verdures	Arròs	Llegum i verdura	Cereal i verdura
	Segon	Carn vermella	Peix blanc i verdures	Peix blau i verdura	Ou	Peix blanc
	Guarnició	Amanida crua	Amanida crua	Amanida crua	Amanida crua	Amanida crua
	Postre	Fruita de temporada	logurt natural	logurt natural	logurt natural	logurt natural
		16	17	18	19	20
3a Setmana	Primer	Cereal	Patata i verdura	Llegum i verdura	Arròs i hortalisses	<b>NO HI HA SERVEI MENJADOR</b>
	Segon	Peix blau i verdura	Ou	Carn blanca	Peix blanc	
	Guarnició	Amanida crua	Amanida crua	Amanida crua	Amanida crua	
	Postre	logurt natural	Fruita de temporada	logurt natural	logurt natural	

# Bones Festes!

Aquest menú està elaborat per una nutricionista col·legiada.

L'AEE Institut Montserrat treballa per oferir als alumnes un menjar de qualitat, és per això que entre els nostres proveïdors està La Fageda (empresa amb un gran projecte social que ens serveix els làctics), Casa Ametller (fruita i verdura de proximitat i fresca), Fidemus (peix fresc), etc.