

MENÚ SOPARS DESEMBRE 2023

		Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
						1
1a Setmana	Primer					Patata+verdures
	Segon					Carn blanca
	Guarnició					Amanida crua
	Postres					logurt natural
		4	5	6	7	8
2a Setmana	Primer	Llegums + verdures	Arròs	<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>
	Segon	Carn vermella	Peix blau + verdura			
	Guarnició	Amanida crua	Amanida crua			
	Postres	Fruta de la temporada	logurt natural			
		11	12	13	14	15
3a Setmana	Primer	Llegums + verdures	Patates + verdues	Cereals + verdures	Arròs + Verdures	Patata + verdures
	Segon	Carn vermella	Carn blanca	Ous + hortalisses	Carn blanca	Peix blau
	Guarnició	Amanida crua	Amanida crua	Amanida crua	Amanida crua	Amanida crua
	Postres	logurt natural	Fruita de la temporada	logurt natural	logurt natural	logurt natural
		18	19	20	21	22
4a Setmana	Primer	Cereal	Arròs	<b>VACANCES de NADAL</b>		
	Segon	Peix blau	Ou			
	Guarnició	Amanida crua	Amanida crua			
	Postres	logurt natural	logurt natural			
		25	26	27	28	29
5a Setmana	Primer					
	Segon					
	Guarnició					
	Postres					

*Bones Festes!*

\*Aquest menú està elaborat per una nutricionista col·legiada i compta amb sal iodada, peix fresc i ecològic, fruita i verdura fresca de Casa Ametller i arròs de km0. \*Els dimarts i dijous hi ha pa integral.