



Menú P1 - Esquirols i Conills

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1a Setmana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Patata amb pastanaga i mongeta tendra ▶ Gall d'indi a la llimona amb verdures ▶ Suc de taronja ▶ B: Farinetes de fruites 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Brou amb pistons ▶ Vedella amb fricandó ▶ Suc de préssec ▶ B: Galetes i iogurt 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Menestra de verdures ▶ Truita de patates ▶ Petit suisse ▶ B: Farinetes amb fruits secs 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Arròs amb lleties ▶ Pollastre a la planxa amb verdures ▶ Fruita del temps ▶ B: logurt i galetes 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Crema de carabassó ▶ Lluç al forn amb patates ▶ Llet ▶ B: Farinetes de fruites
2a Setmana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Sopa de fideus ▶ Pollastre al forn amb verdures i patates ▶ Petit suisse ▶ B: Farinetes de fruites amb cereals 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Patata amb bledes ▶ Truita de pernil ▶ Fruita del temps ▶ B: logurt i galetes 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Arròs amb porro i pastanaga ▶ Lluç a la llimona ▶ Llet ▶ B: Farinetes de fruites 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Crema de xampinyons ▶ Gall d'indi rostit amb patates ▶ Suc de préssec ▶ B: logurt i galetes 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Puré de cigrons i ceba ▶ Vedella amb tomàquet ▶ Fruita del temps ▶ B: Plàtan, llet i galetes
3a Setmana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Patates vídues ▶ Vedella a la jardinera ▶ Llet ▶ B: Farinetes de fruites i lacti 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Brou amb sèmola ▶ Gall d'indi al forn i verdures ▶ Suc de taronja ▶ B: logurt i galetes 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Sopa de verdures ▶ Truita de patates ▶ Fruita del temps ▶ B: Lacti amb cereals 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Crema de llegum ▶ Peix amb salsa verda i xampinyons ▶ Suc de préssec ▶ B: logurt i galetes 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Patata amb mongeta tendra ▶ Pollastre arrebossat ▶ Petit suisse ▶ B: Farinetes de fruites
4a Setmana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Arròs amb verdures ▶ Pollastre a la llimona ▶ Llet ▶ B: logurt i galetes 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Brou de peix amb estels ▶ Bacallà fresc a la planxa amb carbassó ▶ Suc de préssec ▶ B: Lacti amb fruits secs 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Puré de carabassa i patata ▶ Gall d'indi al forn amb esbergínia ▶ Fruita del temps ▶ B: Plàtan, galetes i lacti 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Verdures estofades amb patates ▶ Vedella amb ceba i tomàquet ▶ Llet ▶ B: logurt i galetes 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Lleties amb verdures ▶ Truita ▶ Suc de taronja ▶ B: Farinetes de fruita
5a Setmana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Crema de carabassa ▶ Truita de formatge amb daus de tomàquet ▶ Fruita del temps ▶ B: Farinetes de fruites amb fruits secs 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Sopa de lletres ▶ Lluç a la romana amb verdures ▶ Suc de taronja ▶ B: logurt i galetes 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Patata amb pastanaga ▶ Vedella rostida ▶ Petit suisse ▶ B: Farinetes de fruites 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Puré de cigrons ▶ Pollastre al forn amb ceba i llimona ▶ Fruita del temps ▶ B: logurt i galetes 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Minestra de verdures ▶ Gall d'indi a la planxa ▶ Llet ▶ B: Farinetes de fruites

* És vàlid per a tot l'any: comprèn tot un mes.

* La primera setmana del mes es correspon amb la primera setmana del menú.

* Fruita del temps: Hivern: taronja, poma, pera, kiwi, mandarina, etc. Estiu: melò, síndria, préssec, etc.

* "B": Berenar

* Aquest menú ha estat revisat per una Diplomada en Nutrició.